

శ్రీ త్యాగరాజ గ్రంథమాల-పంచమ పుష్పము.

ఓం

శ్రీమన్నారాయణాయనమః

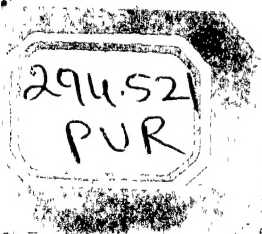
శ్రీ సూర్యోపాసన

ఉపాసన - ప్రాణాయామకాండ

ప్రథమ సంపుటము



6/7/58



గ్రంథకర్త : ప్రకాశకులు
కవికౌండల పురుషోత్తమయోగి.

వాచస్పత్యయతి.

విజయవాడ.

1956

సర్వస్వామ్య సంకలనము.



ఇందివ్వబడిన ప్రాణాయామ ప్రణాళికలో ప్రత్యేక
విధానములవల్ల హేటకమగు శ్వాసరూపము, ఉబ్బినము,
ఊదరపొట్టలు, మధుమేహము, నిస్సంతాన కారకము
లగు జబ్బులు మున్నగునవి నివారణ, నిరోధకము
చేయబడును.



వివరములకు :—

కవికొండల పురుషోత్తమయోగి.

(సూర్యోపాసన గ్రంథకర్త)

శ్రీ రాధాకృష్ణానంద ఆశ్రమము.

గవర్నరుపేట - విజయవాడ-2.

ఓం
శ్రీమన్నారాయణాయనమః

శ్రీ సూర్యోపాసన



ఉపాసన
ప్రాణాయామకాండ



ప్రథమ సంపుటము

గ్రంథకర్త: ప్రకాశకులు.
కవికొండల పురుషోత్తమయోగి.
వానప్రస్థయతి.
విజయవాడ.
1956

శ్రీ త్యాగరాజ గ్రంథమాల
పంచమ పుష్పము.

1000 ప్రతులు

ముద్రణ :
కల్యాణి ప్రెస్,
విజయవాడ-1.

విషయ సూచిక

విజ్ఞాపి ౧-౪.

శ్రీ సూర్యదండకము.

అధ్యాయము

పుటలు

| | |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| 1. ప్రస్తావన | 1-8 |
| 2. కృతి సమర్పణ | 9-10 |
| 3. శ్రీమన్నారాయణ, సూర్యోపనిషత్తులు. | 11-18 మ |
| 4. ఉపాసన అనగా నేమి? శ్రీ సూర్యోపాసన శ్రేష్ఠత - విశిష్టత | 19-38 |
| 5. శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తి విగ్రహ (ప్రతీక) స్వరూప నిర్ణయము. | 39-46 |
| 6. అపూర్వ సూర్యోపాసనమంత్రములు. | 47-73 |
| 7. శ్రీ సూర్యోపాసనకు కావలసిన కవచ, యంత్రముల నిర్ణయము. | 74-95 |
| 8. నిత్యకృత్య సూర్యనారాయణోపాసన | 96-106 |
| 9. శ్రీ సూర్యనమస్కారములు, స్తోత్రము, ఆదిత్య హృదయము, వ్రతకల్పవిధానము | 107-127 |
| 10. శ్రీ సూర్య హంసోపాసన | 128-152 |
| 11. ప్రాణాయామము ఫలశృతి | 153-188 189-190 |

శుద్ధ పట్టిక

గమనిక:-ఇందలి స్వల్పలోపములు పాఠకులే సవరించుకొన ప్రార్థన.

| పుటలు | పంక్తులు | తప్పులు | ఒప్పులు |
|-------|---------------|--------------------|------------------|
| 4 | 10 | Wltra | Ultra |
| 5 | 4: 1 శ్లో. 2. | పరిభ్రమణ, కల్ | పరిభ్రమణ |
| 22 | 5, 10 | కతు. పవిత్ర | క్రితు. సవి |
| 29 | 7 | చిద్వభూతి | చిద్విభూ |
| 39 | 23 | నిర్దాణ | నిర్దారణ |
| 42 | 2 | యుండుట సంభవము | యుండుట సంభవ |
| 47 | శ్లో 1 | యున్మణ్డలం | యన్మండలం |
| 56 | 11 | శ్వాత | శ్వాంత |
| 57 | 19, 22 | ఉత్కటమైన, సర్వవంగళ | ఉత్కటమైన, సర్వము |
| 69 | 13 | అసవ | అసహ |
| 76 | 6 | వాస సంహిత | వాజససంహిత |
| 84 | 4 | మంతము | మంత్రము |
| 96 | 4, 7 | సంస్కరించు. వాకలు | సంస్కరించు. శా |
| 102 | Ft. Nt | దిత్యోమ్ నమః | దిత్యోమ్నమ |
| 107 | 2 శ్లో. 3 | విగమ | నిగమ |
| 108 | 21 | ప్రతక | ప్రత్యేక |
| 111 | శ్లో. 1. | నేత్రాజ్ఞ | నేత్రాబ్జ |
| 128 | 2 శ్లో. 6 | సములభ్యై | సముపలభ్యై |
| 139 | శ్లో. 1 | గుహ్య | గుహ్య |
| 161 | 9 | 7 మొదలు | 17 అ-7 మొద |
| 162 | 27 | పసార | ప్రసార |
| 166 | 19 | కార్జకోశము | కార్జకోశము. |
| 171 | 9 | ఆరాధిచమవి | ఆరాధించమవి |
| 188 | 7 | పాణాయాను | ప్రాణాయాను. |

* 41 పేజీలో 16 పంక్తి తరువాత గ్రంథము. 44. పేజీన చూడవలెను. 42, 43 పేజీలు 41 పేజీలో Ft. Nt కు చెందినది.

విజ్ఞప్తి

మహాశయులారా :

మేమీ గ్రామమున ఆశ్రమవాసమునకు కడంగినదిమొదలు అస్మద్భద్రులు శ్రీ త్యాగరాజస్వామివారిపేర నొక గ్రంథములను ప్రచురించుచున్నాము. అందిప్పటికి నాలుగు గ్రంథములు వెలువడినవి. తగినదేదైన యొకటి అయిదవ గ్రంథము ప్రచురించుట నద్విధి. శ్రీ స్వామివారు వారి కృతులలో అఖండముగ శ్రీ సూర్యభగవానుని ప్రస్తావించియుంట జూచి “సూర్యోపాసన”నుగూర్చి గ్రంథమొకటి సూర్య నమస్కారముల ప్రసక్తితో చేర్చి సూర్యోపనిషత్తు అర్థసహితముగ ప్రకటించ నెంచితిమి.

గాని, గ్రంథరచన కుపక్రమించి ఆ యుపాసన ఎట్టిది, చేయుటెట్లు, ప్రయోజనము లెవ్వయని యోచించగా ఆ మూర్తియొక్క ఆద్యంత కాల నిర్ణయముచేయుటెంత దుర్బుటమో వారి యుపాసన విధి, విధానోపయోగ నిర్ణయము చేయుటయు అంతకుమించిన దుస్సాధ్యతయేనని తోచినది. భవతు. ఆయును భగవద్విషయములు ఆదిన ఆసాధ్యములుగ గన్పట్టినను ఆ మూర్తియందనన్యభక్తిచింతనయే యుపాసనగ పరిణమించి యవి సుసాధ్యములు కాగలవని విశ్వసించి తగుకృషి యొనర్చుచున్నదగ్గిరందరచన సాగించితిని. గాని యిట్టి రచనకు వలయు ద్విబాషా పరిపూర్ణ జ్ఞానము గాని, గొప్ప మంత్ర, యంత్ర, తంత్ర జ్ఞానముగాని, పూర్వ పూరుషుల గాఢాలహరి పరిచయముగాని లేదా, ఒక ప్రజ్ఞాన ప్రతిభా పంచమనశాసిత సమాధిమనఃపటలముగాని మాయందభావమయ్యును మా జన్మకారణులగు అత్మ విభూతి స్వరూపులైయున్న అస్మద్భాతాపితల పూర్వాశీర్వచనబలముచే నిద్దానిని నిర్విహించుటయెంటయు దెలిసి వారిని ప్రజ్ఞానాంతర్ముఖే

శ్లో. “యత్కృపాపూర్ణతః ప్రాప్తం యదిదం ధర్మసాధనం ।
యన్మాతాపితౌ వందేకృష్ణవేణి నృసింహోర్ముఖే॥”

యని స్మరించుచు మా, ఈ కృషి స్వరూపమును పాఠకలోక సద్వినియోగము కాగలందులకు ఆ జాతవేదునే కడు వేడుచున్నాము.

ఈ మహాత్ జగదాత్ముడు శ్రీ సూర్యుని యుపాసన ఆసాంతము గ్రాయు యెంతవారలకును అతీతమైన విషయము. ఏతత్కారణముచేతనే వేర భగవతికూడ ఈ విషయము లనేకములను వేద, వేదా గ ఉపనిష ద్రాహ్మణ సంహితాదులందు పలుచోట్ల పయి, పరివిధములుగ శినివితీర నట్లు వర్ణించియున్నది. గనుక యియ్యకెసర్వసామాన్య మానవమనస్సంల్ప ఊహాగానముల కందునదిగాదు. ఈ యుపాసననుగూర్చి దేవమానస-మనోసంయమన నిదిధ్యాసాసాధన తత్పరులును, సహన, సాహస, సత్కామ, సచ్చక్ర, సజ్జన, భగవదుపాసనానిరతిపరాయణులగు పండిత ప్రకాండు లెవరైనను అనుభవపూర్వకముగ వ్రాయనెంచుచో, ఈ మా చిన్నరచనయందుగల వివిధభాషా-మద్రణాది దోషరేణువుల నేరుటలో కాలము వృథావుచ్చకను. మా, ఈ అల్పకృషిని ఆశీర్వదించి, నద్దానిని ప్రాతిపదికగ ప్రతిగ్రహించి మరొక నూత్ని బృహత్ గ్రంథరాజమొందు స్పష్టించి విశ్వేశ్యాణమొనర్చుటయేగాక మమ్ములనుకూడ కృతార్థులం జేయుటకెంతయును ప్రోత్సహించుచున్నాము.

ఈ గ్రంథముద్రణకు పట్టిన ద్రవిణము శ్రీ యన్. హరేశ్వరరావు శ్రేష్ఠిగా రొనర్చినసద్యస్కాళ సాయమునకుందోడు మరి మూడువందలకు పైగా-కొక్కము-కాగితమురూపమున-యిచ్చి ఇప్పటికీ ప్రథమ సంపుటము ఉపాసన, ప్రాణాయామకాండను-వెలువడిజేసినందుల కెంతయు ఏతద్వ దాన్యులందరికి వ్యక్తిగతముగ మా శతానేకకృతజ్ఞతాపూర్వక వందనముల నిడుచున్నాము. ఈ గ్రంథరచన యందుగృహించిన సందేహ ములను, అర్థక్లిష్టములను దీర్చిన పండితులకును, ఇందలి ప్రాణాయామ-ఆసనదృశ్యములు రుసుము తీసుకొనకనే తన కెమెరాతో తీసిచ్చిన యువక పవిత్రాత్ములకును, మరితర ఆనేకవిధ ప్రోత్సాహములనిచ్చిన యితర పిన్న పెద్దలకును మా హృదయపూర్వకాభినందనము లర్పించుచున్నాము.

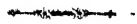
ఇదివరలో ఈ గ్రంథమాలయందు “శ్రీ త్యాగరాజ జీవితామృతము” గుంటూరునందు శ్రీ Welcome Press వారు శ్రీ జంధ్యాల అప్పయ్యశాస్త్రిగారును, “శ్రీ త్యాగరాజ సహస్రనామములు” ఇచ్చట శ్రీ “Nirmala Printers” వారు శ్రీ పడిమి నాయయణమూర్తిగారును ముద్రించినవిషయములతో వారివారి సుహృద్భావముల నెంతయు అనిభూతి యొసర్చినది మరువతగ్గదికాదని యిప్పటికిని యనుకొనుచుందును. మరల యిప్పటిగ్రంథరాజమిచ్చట శ్రీ “Kalyani Press” వారు శ్రీ సరికిన లక్ష్మీనరసింహ బ్రహ్మనందముగారిచే ముద్రితమగుచున్నది. శ్రీ బ్రహ్మనందముగారిపేరు వారి సహజ పాత్వి సౌజన్యము, పరమార్థికపరిజ్ఞానప్రేమతత్వము, ధన-వ్రవ్యాన్వేషణ తృష్ణాలాపయభావమానసకము. వారి సత్య-నిత్యానందవాప్తేచ్ఛలజ్ఞాన ఎవరికిని కడుసార్థకనామమై తోచనగును. మరియు నచ్చటి కృషిక పరివార కార్యనిర్వహణవీక్షి, విద్యుక్తాచరణనిరతి నిదానములు, క్రమశిక్షణా నడక ఇత్యాది సమ్యక్ప్రకాంత వాతావరణమున మేమచ్చట గడిపిన కాలమంతయు కడు ఆనందోత్సాహజనకముగ నుండియుంట యొక మహద్భాగ్యమని ఎంచుచున్నాము.

ఇంతటితో ఈ గ్రంథ-భాగ ప్రచురణకు సర్వతోముఖ సహకారమున తోడ్పడిన దాతలనేమి, పండితులనేమి, ఛాయాపట, చిత్రలేఖన, కళారాధకులనేమి, ముద్రించిన బ్రహ్మణ్యులనేమి, కృషిక పరివారమునేమి తదితర అనేకవిధముల ప్రోత్సాహజనకముగ నుండిన పిన్న పెద్దలనేమి సర్వులను ఆ సర్వ జగత్సాక్షిభూతుడును, సాక్షాత్పరమేశ్వర స్వస్వస్వరూపిండును, ప్రత్యక్ష భగవానుండినగు శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తి సర్వ సౌఖ్యానుభూతియుతిముగా కటాక్షించుగాకయని ప్రార్థించుచు ఇది రెండవ భాగనిర్వహణ ప్రశంస యొనర్తుముగాక.

ఈ గ్రంథమున రెండభాగమగు శ్రీ సూర్య - నమస్కార-అనన, కిరణ చికిత్సాదివిషయములతో, 311-40 ఆసనాది దృశ్యములుగల ఆరోగ్య సాధనకాండ ప్రచురించవలసియున్నది. మునుపటివలెనే సద్వదాన్యులై

కృత్యమునను సహకరింప సంకల్పింతురుగాక : ఈ భాగ ముద్రణయగుటతోడనే ఈ రెండుభాగములు నొకటిగ చేర్చి 500 (అయిదువందలు) గ్రంథములు అభిమానపు మూల్యము ప్రతి 1 కి రు 10/- లకు తక్కువగాని రుసుము నిర్ణయమున రు 5000/-ల ఫండును మన ఆంధ్రరాష్ట్ర ప్రభుత్వమునకు దేవాదాయములనుంచి, పురపాలక పంచాయితీసంస్థలనుంచి నిధి ఏర్పడునటుల విరాళములు సమకూర్చి అది ప్రాతిపదికగనెంచి మన రాష్ట్రములో తగు స్థలమున పూనాజిల్లాలో లోన్ వాలా [Lone Wala] లో శ్రీ కువలయానందస్వామి, తూర్పుబెంగాలులో శ్రీ విష్ణుఘోష్ యోగి పుంగవులచే నడిపింపబడుచున్న శ్రీ సూర్యనమస్కార - ఆసన - కిరణ చికిత్స పరిశోధక సంపూర్ణయోగవిధాన సంస్థను నెలకొల్పుటకు గాను మన రాష్ట్రప్రభుత్వమును ప్రోత్సహించుటకు శాయశక్తుల పాటుపడ నెంచుచు ఏతదుద్యమము సఫలీకృతిమగునటుల ఆశీర్వాదించుటకుగాను త్రిమూర్త్యాత్మక సర్వశక్తివంతుడగు అస్మద్గురువరేణ్యులు శ్రీ త్యాగరాజస్వామినే పరిపరివిధంబుల ప్రాంజలిపట్టి వేచుచున్నారము.

ఇట్లనేక శ్రీరామ స్మరణలు
కవికొండల పురుషోత్తమయోగి,
వానప్రస్థయతి : సూర్యోపాసకులు,
సకలం బ్రహ్మర్పణమస్తు: ఓం తత్సత్.



ఓం

హే భగవన్

శ్లో. వరం నయాచే నవితోఽధయుష్మత్ప్వ
దాజ్ఞి భక్తిస్సతతం మామస్తు ।
ఇదం ప్రియం సూర్యః వరం ప్రయచ్ఛ
పునః పునస్తామిదమేవయాచే॥

భ వ తు

ఓం తత్సత్



శ్రీ రామాయణము

శ్రీ సూర్యోదంధకము.

శ్లో. దేవదేవ మహాదేవం సహస్రబాహు వరాననం ।

శతాంగసిత మారోహం అరుణరాజం సమస్కృతే॥

మహామంత్ర రహస్యం.

ప్రతివారును నిద్రింపబోవునప్పుడును నిద్రనుండి లేచువేళలయందును దుస్వప్న హరముగను, దుస్సంఘటన హరమగుటకుగాను శ్రీ సూర్యనారాయణ భగవానుని దండకమును స్మరించుట ఉత్తమముగాన ఆ దండకమును ఇందిచ్చుచున్నాము.

(i) శ్రీ సూర్యనారాయణా, వేదపారాయణా, లోకరక్షమణీ, దైవచూడామణీ, ఆత్మరక్షనిమో, పాపశిక్షనిమో; విశ్వకర్తానిమో, విశ్వభర్తానమో. నమస్తే॥

(ii) ఓ దేవతా చక్రవర్తి, పరబ్రహ్మమూర్తి, త్రిలోకైకనాథాధిపతా, మహాభూత భేదంబులన్ని నీవయై బ్రోవు మెల్లప్పుడున్ । నమో భాస్కరా, నమోహాస్కరా, నమో శ్రీ సూర్యనారాయణ నమో నమస్తే॥

(iii) ఓ పద్మినీ వల్లభా, వల్లకీగానలోలా, త్రిమూర్తి స్వరూపా, విరూపాక్షనేత్రా, నమోదివ్యగాత్రా, నమోనిరాకారా, నమోనిరాధారాధారా, నమో అచింత్యావతారా, నమోనమస్తే॥

(iv) ఓ తాపత్రయ భీరిదావాగ్నీ, ఓ దుర్దంత నిర్భూత నిస్సారగంధీర సంభూతానేక మహాపాపంబులం బాపి, ఈ దేహచారంబు భారంబుగానీక, నమోఽగన్నేత్ర, నమో సురమ్రూపవంద్యా, నమో మునీంద్రాదివంద్య నమోనమస్తే॥

(v) హే దివ్యరూపా, హే భర్తారోపా, హే నిర్ణేతుకజాయమానకటాక్షవీక్షణా, హే దయాళో నీ పాదంబులేక్షిస్తు, నా జన్మజన్మాంతర వ్యాధి, దారిద్ర్య, సంకటంబులేబాపి, సర్వకామ్యార్థ సర్వమోక్షార్థ సిద్ధ్యర్థములేక్షార్తువుంగాక, ఓదేవాదిదేవ శ్రీసూర్యనారాయణా నమస్తే, నమస్తే, నమస్తే॥

శ్రీ సూర్యనారాయణ పరబ్రహ్మర్పణమస్తు.

ఓం శాం ధ్విః శాంధ్విః శాంధ్విః.

ఓం తత్సత్.

వ్రాసిన “సూర్యపురాణ” మందును ప్రమాణములున్నవి. ఈ సూర్యజ్యోతి గంభీరసాగర గర్భోద్రేకములవల్ల ఫేనతుంపరులబోలు అగ్నికణ, రేణు, మిణుగురులు చెల్లాచెదురుగ పడి గ్రహనక్షత్రాది ఖగోళ వైభవ మేర్పడి నది. పిమ్మట ఏత త్రేజోపిండాండ సహజ అనాహతనాదాత్మక ఓంకార త్రివ్యాహృతుల (అ—ఉ—మ) ప్రభావముచే ఆయా గ్రహ, తారాగోళము లందుద్భవించు పాంచభౌతిక గుణములచే ఖనిజ, రస, విష, పాషాణాదు లేర్పడి వాటి సమ్మేళన పరిణామముచే క్రిమి, కీటక, ఉద్బిజ్జ స్థావర జంగ మాది చరాచర యావజ్జీవరాసియు కల్పితములైనవి. ఇట్టి జీవకోటిలో మహోత్కృష్టమైనది మానవవ్యక్తి. సూర్యుడు తన స్వీయసంకల్పముచే తన పార్శ్వములనుండి ఈ మానవ శరీరుల నిద్దరిని త్రీ, పురుష లింగ భేదముతో సృజించి జనలోకము నుద్భవింపజేసెనని వ్యాసుడు వేద ప్రమాణసూచకముగ సూర్యపురాణమున ప్రతిపాదించెను.

మన సామాన్య జ్ఞానములో సృష్టికర్త బ్రహ్మయనియు ఆయన పరమేశ్వరునిగూర్చి తపస్సుచేసి తెలుసుకొని సృష్టిగావించెనని ఒక అభి ప్రాయమున్నది. అదిగాక వ్యాసుడు సూర్యపురాణమున ఘోర్యుడే సృష్టి కారకుడని చెప్పుచున్నాడు. ఇట్టి సృష్టికథనము ద్వివిధముగ నుండియు వివాదాంశము కనేరదు. ఆ పురాణాంశమును ఋగ్వేదము తన భగవద్భుతి పాఠములలోను, యజుర్వేద అధర్వవేదములు, శ్వేతాశ్వతర. తైత్తిరీయ, సూర్యోపనిషత్తులు సూర్యభగవానునే బ్రహ్మపరముగ సమన్వయపరచి జగదగ్రగ నిర్ణయించియున్నవి.

ఈవిధముగ జగజ్జాతమంతయు సూర్యబ్రహ్మనుండి యుద్భవించి ‘సవిష పురుషః’ యను న్యాయమున మూల ప్రకృతియై వెలుగుచున్నది. గనుక పరమేశ్వరుడు దృశ్యాదృశ్య సమస్త భూఖండ మండలాండ

శ్రీ సూర్యోపాసన

పిందాండాదిచతుర్దశ భువనములకును నిర్గుణ పరబ్రహ్మతత్వ బీజమై యును తను సాక్షాత్కార సగుణ భగవద్విభూతి సంభూతుడై.

శ్లో. “ఆదిత్యానామ్ మహం విష్ణుర్జ్యోతిషాం రవిరం శుమాన్ ।

మరీ చిర్మరుతామస్మి నక్షత్రాణామహం శశీ॥”

గీత 10 అ-21 శ్లో

ద్వాదశాదిత్యులలో ప్రథముడై ప్రత్యక్ష జ్యోతిస్వరూప భగవానుడై శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తియని, ఆదినారాయణుండిని విదితమగుచున్నాడు.

ఇంకను దృశ్యమానమగు ఈ సూర్యభగవానుడు ఖగోళ గోళకమంన్నింటిని తన విద్యుత్కరణ ప్రసారమూలమున ఆకర్షించి వాటికి తా ఆగ్రహ గ్రహణ బ్రహ్మతేజశ్శక్తి [The Radio Television Atomic Heat and Ultra Divine Energy and Vitality both patent and latent in the Ray] నిచ్చి వాటి స్థాన. చలన, శీతోష్ణ, పదార్థ, ఉత్పత్తి ఉనికిస్థితిని పోషించుచు, ప్రపంచ మొనర్చుచు యావద్భూనభోతరాచోకములను త్రిమూర్త్యాత్మక

శ్లో. “బ్రహ్మస్వరూపమాదయే ।

మహ్యాన్తేతు మహేశ్వరః ।

అస్తమానే స్వయం విష్ణుః ।

త్రైకమూర్తిర్దివాకరః॥”

మరుతామ్:-ఆవహ. ప్రవహ, నివహ, పరావహ, ఉద్వహ సంవహ, పరివహ. వీరు సప్తమరుత్తులు. యిందు మరీచి యనున అపరచామముగల పరివాహ వాయువు:-శ్రీ పరమహంస పరివ్రాజకాచారాలను బ్రహ్మజ్ఞాస్వాములవారు వ్రాసిన వివరములు గూడార్థదీపికయ భగవద్గీతనుండి.

దివ్యతేజః ప్రభావములతో [Terrestrial Forces of Existence, Sustenance, and Subsidence] లోకకారక, పోషక, మారకుడై, లోకారాధ్యుడై వెలుగుచున్నాడు. ఈ లోకోత్తరుడగు తారాధిపతి సూర్యుడు తన్నాశ్రయించి తనచుట్టును పరిభ్రమణ మొనర్చుచున్న ఈ గ్రహాది చతుర్దశభువనములందుగల యావజ్జీవ లోకములతో తన అణుకిరణ ఆకర్షణ సన్నిహితసంబంధము కలిగి వాటికి కళ్యాణోపయుక్తమగు జ్యోతిష, వక్షత్ర, ఎృక్ష, వైద్య, ఖనిజ రసాయనికాది పరిణామ శాస్త్రములకును, తాత్విక, మానసిక నిగమాగమ శాస్త్రములకును మూలజ్ఞానకారకుడై, అఖండైకరసుడై యావద్భూత ఆయురారోగ్యైశ్వర్య సర్వసౌభాగ్య భుక్తి ముక్తిప్రదాతయై చిన్మయుడై, చిదానందుడై ప్రతీతమగుచున్నాడు.

ఈ నిర్వికేష సచ్చిదానందమూర్తియగు అదిత్యుడు కేవల గ్రహ, పృథివీత్యాది భువనములకేగాక సగుణారాధిత దేవతాగణమగు

* శ్లో. “ఏషబ్రహ్మచ విష్ణుశ్చ శివస్కందః ప్రజాపతిః ।
మహేంద్రో ధనవః కల్యాయమసోమోహ్యపాం పతిః॥”

శ్లో. ఇంద్రస్త్యం ప్రాణతేజసా రుద్రోసి పరిరక్షితా ।
త్వం అంతరిక్షేచరతి సూర్యాస్త్యం జ్యోతిషాంపతిః॥”

బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వర, ఇంద్ర, మహేంద్ర, స్కాండులకును

* ఈ అదిత్యుడే బ్రహ్మ, విష్ణు, శివ, స్కందుడును, నవప్రజాపతులును మహేంద్రుడును, కుదేర, కాలి, సోమ, యమవంశజాదులగు చున్నారు. ఈ అదిత్యుడని ప్రత్యక్షముగా గనబడుచున్నవానిని నిర్దేశించి చెప్పట “యవిషోఽంతరాదిత్యే హింజ్ఞాయః పురుషోవృశ్యతే” అని యోగిజనసాక్షాత్కారానుభవముచేత చెప్పిన వాక్యమని గ్రహించవలెను. ఇతడే బ్రహ్మము, చతుర్భుజి, “తవాంతరాత్మా, మహాచయే చాన్యే దేహిసంజ్ఞితాః” అని శివునితో బ్రహ్మ చెప్పిన వాక్య మీ యర్థమునే ప్రతిపాదించుచున్నది. స్కందుః - కుమారస్వామి-షష్ఠాదులు. [బ్రహ్మశ్రీ మన్నవ వేంకటకృష్ణశర్మ ప్రణీతమగు శ్రీరామాక్షికోవారి ప్రచురించిన “అదిత్యహృదయము”ను గ్రంథము చూచేది.]

శ్లో. “యచ్ఛాపి సర్వభూతానాం బీజం తదహమర్చనః !

గీత 10-39 శ్లో.

దేవదేవుడై.

శ్లో. “యద్యద్విభూతి మత్స్వత్త్వం శ్రీ మదూర్జిత మేవవా ।

తత్తదేవావగచ్ఛత్త్వం మమతేజోఽంశ సంభవమ్॥”

గీత 10 ఆ-41 శ్లో.

సకల శ్రీమంతంబగు పర-అపరాతత్వ జగత్పాలక దేవవర్గమునకును
బీజము అయియున్నాడు. ఈ సాక్షాత్కార దివ్యమూర్తియే మహద్భువన
సకల విజ్ఞాన, సుజ్ఞాన బనియగు వేదవేదాంగ వివిధ శాస్త్రములకును
పుట్టుక స్థానమై విద్యామానమగుచున్నాడు. మరియు ఈ సనాతనమూర్తియే
బృహద్దేవర వేదాంగాధ్యయన పారంగతులును నిర్వికల్ప సమాధ్యానంద
యోగనిష్ఠాగరిష్ఠులును. ఏకలశాస్త్ర పురాణ మీమాంసాది శృతిస్మృతి
వ్యాఖ్యాతలును. బ్రహ్మమానసపుత్రులు నగు పౌతిమాషి గౌపనయను శ్రీ.
పురుష ఋషిసంతతియగు విశ్వవార, కౌశిక, ఆపాల, సూర్య, ఖభివతి,
మైత్రాయణి, జౌపవస్తీ *పరాశరి, అసురి, ఘోష యిత్యాది శ్రీ ఋషుల
యొక్కయు. అత్రి గౌతమ, వాల్మీకి, కౌషీతక, సాంజీవ, భృగు, కపిల,
వసిష్ఠ, నారద, అనీత, యజ్ఞవల్క్య, భరద్వాజ, హరీత, కశ్యప, వ్యాస,
శ్వేతాశ్వత, ఐతరేయాది బ్రహ్మఋషులయొక్కయు. దితి అదితి పుత్ర
పౌతికా వైవస్వత మహామన్వంతర ఇళ, యజ్ఞేకు, కరూష, శర్వాతి,
మహావంశజులు. బిందురథ, బిలాశ్వ, అవీక్షత, విశాల, ప్రతర్దిన
యిత్యాది అసాదృశక్షేత్ర ధర్మ విక్రపరాక్రమ ఘనమహీపతులయొక్కయు
సద్వంశజుల మూలపురుషుండును అదిగురువునై వెలసియున్నాడు.

* ఏతద్భృషివంశ, క్షత్రియ మహీపతుల విషయములు తెలుసు
కొనుటకు అత్తిపురాణమున 4 అధ్యాయమును, సూర్యపురాణమును
చూచేది.

అనాదియగు జగద్రూపమౌండ భాండవ్యష్టి సమిష్టి చరాచర విభూతి ప్రవర్ధమానుండును, జగజీవాత్మ పరిరక్షణ ప్రభావుండును. నిత్యకళ్యాణ గుణాధ్యుండు నగు ఈ జ్యోతిర్మయుని హంక, వంశాదుల మహాత్మ్యములనేకములను శ్రీ వ్యాసభగవానునిచే లిఖిత పురాణములందును, వేద ప్రతిపాదితములగు శేతాశ్వతర, తైత్తిరీయ, సూర్యోపనిషత్తులందును చూచి నచో సత్య, పాతాళ, మధ్య, ఊర్ధ్వలోకవాసులగు దేవ, గంధర్వ, కిన్నర, కింపురుషాది దివ్యులును, భూలోక జనలోక ధృవ ధృవాంతర ప్రాగ్ ప్రాచ్య నవఖండ మండలాది దిగ్దేశ మానవకోటియంతయు ఎందులకు వారి వారి మత, వైజ్ఞానిక విస్తరణ, ఆదరణ, ఆచరణాదులందు ఏదో యొకపేరున పండగనో, పబ్బమనో, పర్వదనో, యోగమనో, ప్రయోగమనో, పుణ్యమనో, ప్రేమనో, భయమునో, అవసరమనో, అపూర్వమనో, అగత్యమనో విధిగా ఆరాధించుచున్నది విశదము కాగలదు. దేవ, గంధర్వ, యక్ష, వాలఖిల్య, ఋష్యాది మహాత్తర సత్తా సంపన్నులేమి, సామాన్య జ్ఞాన, వైజ్ఞానికులగు మానవులేమి, సహజ పరిజ్ఞాన జీవులగు [animals of natural instincts] సరీసృప, పక్షు, పక్ష్యేదులేమి తమజన్మ ప్రాణ, మనో, వాంఛా చతుర్విధ పురుషార్థ ఫలసిద్ధ్యర్థము అఖిల బ్రహ్మాండ పిండాండాది జీవ అభయ, శుభ, లక్ష్మ్యేర్థమగు శ్రీమత్సూర్యనారాయణుని ఎటుల ధ్యానించి, పూజించి, నమస్కరించి కృతార్థులగుచున్నది తెలుసుకొందురుగాక.

గమక, మన కర్మ, ఉపాసన, జ్ఞాన, సాయుజ్యకాండలకు ప్రతిపాదకుడై, ప్రాణ, అన్న, ఆయుర్ముక్తిప్రదుడై,

శ్లో. “త్వంమాత, త్వంశరణం, త్వంధాతా, త్వంధనం, త్వం
అచార్యః ।

త్వంత్రాతా, త్వంహర్తా విపదామర్క ప్రసీదచ మమ॥”

ద్వాదశార్మశ్లోకము.

చరాచర కోటికి శరణాగత వత్సలుండైన ఆ దివస్పతిని శాస్త్రయుక్తముగ
తగు భక్తి శ్రద్ధ విశ్వాసములతో దై నందికారాధనోపాసలద్వారా అనుస
రించి, ఆశ్రయించి, కొలచి, పూజించి, ప్రణామము లొనర్చి అర్ధించి
కృతార్థులగుదురని స్వానుభవముచేతగూడ ‘మిమ్ముల మిక్కిలి ప్రోత్స
హించుచున్నాము.

ఓం తత్సత్.



శ్రీ సద్గురు భగ్యన్న ము.
సాక్షాత్కార : నీ సద్భక్తి - సంగత - స్వప్రసాదాలకు

నారమల - దేశాది - పే 22.
ప. మోక్షము గలదా భువిలో జీవన్ముక్తులు గానివారలకు .



వీణావాదనలోయదో శివమనోవిద మెరుగరు త్యాగరాజ నినుత. "మో
ఈ కృతికర్త ప్రతిగృహీత భక్తానురక్త పరిపాలన పారిజాతము
శ్రీ త్యాగరాజ స్వామి .

" శ్రీ రామాంజ్ఞ సరోజ యుగ్మ చదు సంసేవాప్రమత్తంతరంగా ,
రావోద్ధవ : దివ్యగాన జలదీ : అవ్యాజరారుడ్య . శే
జోరాసీ : ఇదే నీ పదంబుల శిరసున్ జేర్చి ప్రార్థించు . సన్
గారాబంబునద్యాగరాజ : తనయున్ గానెంచి పాలించుమా॥ "

కృతికర్త : కవికొండల పురుషోత్తమయోగి. వానప్రస్థయశి.
శ్రీ త్యాగరాజస్వామి శిష్యపరమాయుధు.

2 వ అధ్యాయము.

కృతినమర్పణ

శ్రీమత్సితారామచంద్ర పరబ్రహ్మణేనమః—

శ్లో॥ “బ్రహ్మ బ్రహ్మదిరుజ్జేయం నిజతత్వ వివక్షయా ।

స్వేభ్యోయదాత్మనా జజ్ఞే త్యాగరాజస్సమేగతిః॥

“శ్రీ సూర్యోపాసన” యను. ఈ గ్రంథరాజము ఆస్మత్ సద్గురువ రేణ్యులగు శ్రీ త్యాగరాజస్వామిపేర మేము ప్రచురించుచున్న “త్యాగరాజ గ్రంథమాల” యను దానిలో అయిదవపుష్పము. శ్రీ త్యాగయ్యగారి జీవితవంధా యంతయు పంచవిషయ ప్రణాళికలో నడచినట్లు తోచును. సద్గురువు యనుగ్రహముచే స్వల్పశక్తుడనయ్యును ఏకద్వంద్వంధమాలకు యిప్పటికి నాలుగు పుష్పముల నలంకరించడమైనది. అయిదవదియగు నిద్దానిని సంపాదించుటలో ప్రాకృతకర్మఫలమున చాల గడవు మీరినది. ఏలకో గడచిన ఐత్తిర మీ సంగతి తీవ్ర తాపముతో యోచనచేయు సమయమున ఆస్మద్ శిష్యులును, సద్బ్రహ్మయులును, సనాతనధర్మ పారాయణులునగు శ్రీమతులు నంబూరు హరేశ్వరరావు, శ్రేష్ఠిగారిచే మున్ముందే రు 116/— రూప్యములు ముద్రణకుగాను సమర్పింపబడి యీ పుష్పరాజము వారసుష్టించిన శ్రీ సూర్యనారాయణోపాసన కటాక్షముగా ప్రోత్సహింపబడి వ్రాయుట సంకల్పితమైనది.

ఈ సద్గ్రంథము “శ్రీ సూర్యోపాసన” యగుట మా సద్గురువు సుభిక్షమే ఏలనన శ్రీ త్యాగయ్యగారే అఖండ సూర్యోపాసకులని వారి కృతినంపుటి విశదీకరించును. అట్టితరి మమ్మును ఏతదుపాసనా కృత్యము నకే కడంగజేయుండుటే మా భాగ్యము. ఇట్టి ధవ్యత నొనగూర్చినందుల కెంతయు శ్రీ సీతారామచంద్ర కటాక్షవీక్షణాప్రాప్తి ధోరేయులు ఆస్మద్గురు శిష్యామణులే అభిషంధనీయులు. ఆహా! సద్గురు కటాక్ష మెట్టిది?

శ్లో॥ "గురుప్రసాదేన వినా న బుద్ధిః । గురుప్రసాదేన వినాన్విరక్తిః
గురుప్రసాదేన వినా న సిద్ధిః । గురు ప్రసాదేన వినా నముక్తిః॥"
మాకు అట్టి గురుప్రసాదమగు "శ్రీ సూర్యోపాసన" యను ఈ పంచమ
సుగంధ గ్రంథరాజసుమమును

శ్లో. పత్రం పుష్పం ఫలంతోయం యోమే భక్త్యాప్రయచ్ఛతి ।
తదహం భక్త్యుపహృత మశ్వామి ప్రియతాత్మినః॥

గీత 6-26 శ్లో.

శ్లో॥ "పత్రం పుష్పం ఫలంతోయం" అని శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ శల
విచ్చినట్లు శ్రీ గురుస్వామివారి గ్రంథ పంచరత్నమాలలో చేర్చి ఇప్పటి
కితవరకు కృతార్థత నొందగలుగజేసినందులకు పరమాత్మ అనంతశక్తి
సంకల్పస్వరూపమగు ఆ సూర్యనారాయణునే కొనియాడుచు, ఈ యరుణ
కాంతులొలుకు పవిత్ర గ్రంథప్రతిని మా సర్గురు శేఖరుల పాదారివిందము
లకు ఉరసా, శిరసా, మనస్సాష్టాంగముగ నమస్కరించుచు వారికి యథా
శక్తిగ నమగృణముచేసి, నిద్దానిని కరుణించి అనుగ్రహించి ఆశీర్వదించుటకు
"త్వమేవ శరణంమమ" యని మ్రొక్కచున్నాము.

ఓం ఓం ఓం

శ్రీత్యాగబ్రహ్మర్పణమస్తు,

ఓం తత్సత్.



3 అ ధ్యాయము

హరిః ఓం.

శ్రీ సద్గురుత్వాగరాజస్వామినేనమః

శ్లో॥ “మాయా సత్కార్య మఖిలం యద్బోధా ద్యాత్యపహ్నవమ్ ।

త్రిపాన్నారాయణాఖ్యంతత్ కలయే స్వాత్మ మాత్రతః॥”

అష్టోత్తర శతోపనిషత్తులు.

యాజుషీయ శ్రీమన్నారాయణోపనిషత్తు.

ఓం సహనావవతు సహనౌభువతు సహవీర్యం కరవావహై ।

తేజస్వినావధీతమస్తు మావిద్విషావహై॥

ఓం శాన్తి శాన్తి శాన్తిః.

“ఓం-అథ పురుషోహవై నారాయణోఽకామయత ప్రజాసృజేయేతి ।
నారాయణాత్ ప్రాణో జాయతే. మనస్సర్వేంద్రియాణిచ ఖంవాయుక్యోతి
రాపః సృధ్వీ విశ్వస్యధారిణీ నారాయణాత్ బ్రహ్మ జాయతే, నారాయణాద్రు
ద్రోజాయతే, నారాయణాదింద్రోజాయతే, నారాయణాత్ప్రజాపతయః ప్రజా
యంతే, నారాయణాత్ ద్వారకాది త్యగద్రావన వస్సర్వాణాం చందాగ్ంసి
నారాయణా దేవసముత్పద్యంతే. నారాయణే ప్రవర్తంతే, నారాయణే
ప్రసీయంతే. ఏతద్భగ్వేద శిరోఽధీతే,

2. ఓం-అథ నిత్యోనారాయణః. బ్రహ్మనారాయణః శివశ్చ నారాయణః శక్రశ్చనారాయణః ద్యావాపృథివ్యాచ నారాయణః. కాలశ్చ నారాయణః. దిశశ్చ నారాయణః. ఊర్ధ్వం నారాయణః. అధశ్చనారాయణః అంతర్బహిష్చనారాయణః. నారాయణ ఏవేదగ్ం సర్వం యద్భూతం యచ్ఛభవ్యం, నిష్కలో. నిరంజనో. నిర్వికల్పోనిరాఖ్యాతః శుద్ధోదేవ ఏకో నారాయణః. నద్వితీయోఽస్తికశ్చిత్. య ఏవంవేద. సవిష్ణురేవభవతి సవిష్ణురేవభవతి. ఏతద్భగ్వేద శిరోఽధీతే.

3. ఓం-ఓ మిత్త్యగేవ్యాహరేత్. నమ ఇతివచ్చాత్, నారాయణాయేతి త్య పరిష్కాత్. ఓమిత్యేకాక్షరం. నమఇతి ద్వే అక్షరే నారాయణాయేతి పంచాక్షరాణి ఏకద్వై నారాయణ స్వాష్టాక్షరం పదం, యోహ వై నారాయణ స్వాష్టాక్షరం పదమధ్యేతి అనప్రబ్రువస్సర్వ మాయురేతి. విందతే ప్రాజాపత్యగ్ం రాయశోషం గోపత్యం తతోఽమృతత్వమశ్నుతే తతోఽమృతత్వ మశ్నుత ఇతి. య ఏవంవేద. ఏతత్సామవేదశిరోఽధీతే.

4. ఓం-ప్రత్యగానందం బ్రహ్మపురుషం ప్రణవ స్వరూపం. అతార ఉకారో మకారఇతి, తానేకా నమభరత్తదేతదోమితి, యముచ్చైయుద్వ్యతే యోగీ జన్మ సంసార బంధనాత్. ఓం నమోనారాయణాయేతి ముత్రోపాసకః, వైకుంఠ భువనలోకం గమిష్యతి, తదిదంపరం పుండరీకం విజ్ఞానమనం తస్మాత్తదిదాభమాత్రం. బ్రహ్మణ్యో దేవకీపుత్రో బ్రహ్మణ్యో మధుసూదనో సర్వభూతస్థమేకం నారాయణం, కారణ పురుషమరారణం పరబ్రహ్మమ్. ఏతదధర్వశిరోఽధీతే.

5. ఓం-ప్రాతరధీమానో రాత్రికృతం పాపం నాశయతి. సాయుషధీమానోదివసకృతం పాపంనాశయతి మాధ్యందిన మాదిత్యాభిముఖోఽధీమానః పంచపాతకౌపపాతకాత్ప్రముచ్యతే సర్వవేదపారాయణ పుణ్యాలభతే. నారాయణ సాయుజ్యమవాప్నోతి, నారాయణసాయుజ్యమవాప్నోతి యఏవంవేద, ఇత్యుపనిషత్.

ఓం సహనావ వత్వితి శాంతిః.

ఓం శాంతి శాంతి శాంతిః.

ఓం తత్సత్.



యాజుషీయ శ్రీమన్నారాయణోపనిషద్వ్యంత్రభావము.
శాంతివచనము:—

శ్రీ పరమాత్మ ఈ ఉపనిషద్వచనమున ఉద్యుక్తులమైన గురు శిష్యుల యిరువురమగు మమ్ములను సర్వవిధముల పోషించి, రక్షించి, మితభావము పెంపొందించి మేము నేర్పు విద్యను వీర్యవంతమును, తేజోవంతమును అగునటుల ఆశీర్వాదించునుగాక!

ఓం శాంతి శాంతిః శాంతిః.

అ వాఙ్మానసగోచరుండగు శ్రీమన్నారాయణుని స్వస్వరూపమగు వేదములనుండియే మానవేంద్రియములు తెలియనగును గాన ఈ మొదటి మంత్రము ఋగ్వేదమునుండి గానము చేయబడుచున్నది.

[1] శ్రీమన్నారాయణుడు సృష్టిని సంకల్పించినంతనే బ్రాహ్మీ శక్తి తత్వవిభూతిగ జ్యోతిర్మయురగు హిరణ్యగర్భుండును, పిష్మట పంచభూతములు, బ్రహ్మ, రుద్రుడు, కన్యక మరీచ్యాది ప్రజాపతులు, ద్వాదశాదిత్యులు, ఏకాదశరుద్రులు, అష్టవసువులు, వేదములు, సకల చరాచరము ఏర్పడినది. ఇదంతయు ఉత్పత్తి, స్థితిలయములకు లోనగుచు నుండు సృష్టిక్రమము జరుగుచుండును.

[2] శ్రీ మన్నారాయణుం దొక్కడే జనన జరామరణ రహితుడైన శాశ్వతుడు. త్రిమూర్తులు సర్విదేవాది దేవతలు, సర్వదిశలు, భూనభోంతరాళము, త్రికాలమున్న సర్వము ఆనిర్గుణబ్రహ్మమే. రెండవది ఏడియులేదు. శ్రీమన్నారాయణ తత్వమును ఎవరు అనుభవము చేయగలారలో వారలు శ్రీ మహావిష్ణుపదవిని పొందగలుగుదురు.

ఇయ్యది యజుర్వేదమునుండి గానమగుచున్నది. శ్రీ మన్నారాయణుడు నిష్కలుడు, నిష్క్రియుడు, నిష్కళంకుడు, మాయాతీతుడు, అద్వితీయుడు, శుద్ధుడు, అసాక్షానసగోచరుడు, నిత్యుడు.

[3] శ్రీమన్నారాయణ మహత్తత్వము పరమ శ్రేయస్సును గూర్చు అష్టాక్షరీ మహామంత్రముగ నుపదేశింపబడుచున్నది:—

మొదటి “ఓం” అని ఉచ్చరించవలెను. తరువాత “నమో” అన

వలెను. ఆతరువాత “నారాయణాయ” అని ఉచ్చరించవలెను. ఓం అను అక్షరము ఒక్కటి : “నమో” అను అక్షరములు రెండు: “నారాయణాయ” అను అక్షరములు అయిదు. ఇదియే శ్రీనారాయణాష్టాక్షరిమహామంత్రము.

ఈ మహామంత్రమును ఎవరు శ్రద్ధ, భక్తి, విశ్వాసములతో ఉపాసించుచో వారలు దీర్ఘాయువుగలిగి,

(i) సకామ్యోపాసనా ఫలితముగ ప్రజాపతిత్వము, సర్వ ఆణి మాది సిద్ధులు, స్వర్గాది ఊర్ధ్వపుణ్యలోకాదులనుపొందగలరు.

(ii) నిష్కామోపాసనా ఫలితముగ శాశ్వత బ్రహ్మలోక నివాసము, మోక్షప్రాప్తిని పొందుదురు. ఇయ్యది సామనేదము నుండి గానమగుచున్నది.

[4] అ-ఉ-మ-సంపుటి ప్రణవ స్వరూపమని, ఈ ప్రణవమే ప్రత్యగ్. అనందస్వరూపమగు బ్రహ్మమని తెలియవలెను. దీనిని తెలుసు కున్నవారును, “ఓం నమోనారాయణాయ” యను మంత్ర ముపాసించు వారును భవబంధములు వదలి యోగులై ముక్తిని పొందుచున్నారు. ఈ పరబ్రహ్మమే ఆ దేవకి పుత్రుడు, మధుసూదనుడును, జ్ఞానస్వరూపుడును అయి జీవాత్మానందుడై పరగుచున్నాడు. ఈ శ్రీమన్నారాయణునిచొక్కదే ఆ బ్రహ్మస్తంభపర్యంతము వెలుగుచు సర్వమునకు కారణుడై యున్న తను కారణములేనివాడగుచున్నాడు. అది మధ్యాంతరహితుడై ప్రజ్వలిల్లు చున్నాడు. ఇయ్యది అధర్వవేదమునుండి గానమగుచున్నది

[5] ఫలము:—

చతుర్వేదములకు శిరోమణియగు ఈ యుపనిషత్తును త్రికాలమందును ఉపాసించువారు త్రికాల కృతపాతక ఉపపాతకాదుల నుంచి ముక్తులై వేదపారాయణ పుణ్యలిఖ్తలై, నిర్యాణమున శ్రీమన్నారాయణ సాయుజ్యమును పొందుచున్నారు. ఇతి ఉపనిషత్తు.

ఓం సహనాన వత్సిత శాంతిః

ఓం శాన్తి శాన్తి శాన్తిః.

ఓం—తత్సత్.

హరిః ఓం

శ్రీ సద్గురు త్యాగరాజస్వామినేనమః

శ్లో॥ “సూదితస్వాతిరిక్తారి సూరినందాత్మ భావితమ్
సూర్యవారాయణాకారం నౌమిచిత్సూర్యవైభవమ్.

అష్టోత్తర శతోపనిషత్తులు

శ్రీ అధర్వణీయ సూర్యోపనిషత్తు.

శాంతిపాఠము

ఓం. భద్రం కర్ణేభిః శ్రుణుయామ దేవాః భద్రం పశ్యే మాక్షభి ర్యజత్రాః.
స్థిరం రంగైస్తుప్తువాగ్ంసస్తసూభిఃవ్యశేమ దేవ హితం య దాయుః.

స్వస్తి న ఇంద్రో వృద్ధశ్రవాస్వస్తి నః పూషా విశ్వవేద్యాః.

స్వస్తి నస్తార్క్ష్యో అరిష్టనేమి స్వస్తి నోబృహస్పతిర్దధాతు.

ఓం శాంతి శాంతి శాంతిః

తా. విరాడాదులగు ఓ దేవతలారా! ముముక్షువులమగు మేము
మీ యనుగ్రహమువలన చెవులతో నిర్విశేషతుర్య బ్రహ్మప్రతిపాదకమగు
ఉపనిషచ్చాత్మమును ఆలకింతుముగాక. సుశయాది దోషపంచకము
ఘాతించునంతవఱకు వేదాంతశాస్త్ర శ్రవణము నొనర్తుముగాక. కేవల
వేదాంతశాస్త్రశ్రవణమువలన నేమిలాభమని తలంచి వెంటనే యథాశాస్త్ర
ముగ బ్రహ్మవిద్యాశ్రవణమువలన ధ్యానయజ్ఞయజనశీలరమయి ప్రత్యగ్భా
వాపన్నములగు ఇంద్రియములచేత నిష్కళుడును తురీయుడును తుర్యా
తీతుడును అగు పరమాత్మను గాంచెదమగాక. అల్పాయువులగు
మీకెటుల ఆట్టి సిద్ధి కలుగునని తలంచి “ఓ దేవతలారా! ఆయా యంగ
మునకు అభిమానదేవతలగు ఇంద్రాదులగు మీయొక్క అనుగ్రహాతిశ
యమువలన స్వస్వవిషయములందు వ్యాపించి చంచలములయి యుండక
నిశ్చలములయియుండు కరచరణాద్యవయవములు గలవారమయి

“విశ్వతేహపి సన్మాత్ర మవ దన్యత్ మద్వ్యతిరక్తమణుమాత్రం న విద్యతే.

చిన్మాత్ర మేవ చిన్మాత్ర మఖండైకరసగ్ం రసం సర్వవర్జితచిన్మాత్రం
బ్రహ్మమాత్ర మస న్నహి.”

ఇత్యాదికము లగు సూక్ష్మవస్తు ప్రతిపాదక శ్రుతులచేత బ్రహ్మనుసంధానము
నొనర్చుచున్న వారలమయి నిష్ప్రతియోగిక బ్రహ్మమాత్ర ధ్యానమునకు
తగినట్టియు మనఃక్షేణము, రోగములు మున్నగునవి లేని దీర్ఘాయుస్సును
పొందెనముగాక.” మందబుద్ధులగు వారియందు దయగలిగి ప్రకారాంతర
ముగదేవతాస్మారణ రూపమగు మంత్రమునే శ్రుతి మఱల చెప్పుచున్నది:—

౧. గొప్పకీర్తిగలిగినట్టియు త్రిలోకాధిపతియు నగు ఇంద్రుడు
మా మనస్సునకు అఖండాకారరూపస్పృత్తి కలుగజేయుట యను స్వస్తిని
ఇచ్చుగాక. ౨. సర్వజ్ఞుడుగు పూష (పూషయవగా సూర్యుడు.) మాకు
స్వస్తికలుగజేయుగాక. (ఆనగా అవిచ్ఛిన్నముగ బ్రహ్మమాత్రధ్యానమే
మాకు కలుగునటుల అనుగమించుగాక యని యర్థము) అకుంఠిత
గమనముగల తార్క్ష్యుడు. (తార్క్ష్యుడనగా గరుత్మంతుడు.) మాకు స్వస్తి
నిచ్చుగాక. బృహస్పతి యనగా దేవతలకు ఆచార్యుడు. అతడు మాకు
స్వస్తిని కలుగజేయుగాక.

ఓం అథ, సూర్యాధర్వాంగి రసంవ్యాఖ్యాస్యామః:—

ఓం బ్రహ్మేణుషిః గాయత్రీ చందః, అదిత్యో దేవతా,
హగ్ంససస్సోఽహమగ్ని. నారాయణయుక్తం బీజం హృలేఖాక్షిః, వియ
దాది సర్గ సంయుక్తం కీలకం, చతుర్విధ పుష్పాద్ధనిద్యధై వినియోగః,
షట్స్వరారూఢేన బీజేన షడంగం రిక్తాంబుజ సంస్థితం. సప్తాశ్వరధినం,
హింజ్యవర్జ్యం చతుర్బుజం పద్మద్వయాభయ వరదహస్తం కాలచక్ర
ప్రణేతారం శ్రీ సూర్యనారాయణం: యఏవంవేద, సవై బ్రాహ్మణః—

2. ఓం భూర్భువస్సువః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య
ధీమహిధియాయేనః ప్రచోదయాత్: సూర్య ఆత్మజగతస్థుషశ్చ, సూర్యదై
త్యమాని భూతాని జాయంతే, సూర్యాద్యజ్ఞః, పర్జన్యోఽన్న మాత్య
నమస్తే.

3. ఆదిత్యః త్వమేవ ప్రత్యక్షం కర్మకర్తాసి, త్వమేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మసి, త్వమేవ ప్రత్యక్షం విష్ణురసి, త్వమేవ ప్రత్యక్షం రుద్రోసి, త్వమేవ ప్రత్యక్షం ఋగసి, త్వమేవ ప్రత్యక్షం యజురసి, త్వమేవ ప్రత్యక్షగ్గసామాసి, త్వమేవ ప్రత్యక్ష మధర్వాసి, త్వమేవ సర్వం ఛందోఽసి.

4. ఆదిత్యా ద్వాయుర్జాయతే, ఆదిత్యామ్బుమిర్జాయతే, ఆదిత్యా చాపోజాయంతే, ఆదిత్యాజ్యోతిర్జాయతే, ఆదిత్యా ద్వ్యోమద్విజాయంతే, ఆదిత్యాద్దేవా జాయంతే, ఆదిత్యాద్దేవాజాయంతే.

5. ఆదిత్యోవాఏష తస్మందలం తపతి. అసావాదిత్యో బ్రహ్మ, ఆదిత్యోంతః కరణ మనోబుద్ధి చిత్తా హంకారాః, ఆదిత్యో వైవ్యానస్స మానోఽపానః ప్రాణః, ఆదిత్యో వైశ్రోతత్వక్షత్రురస నక్షత్రాణః, ఆదిత్యో వైవాక్ పాణిపాదపాయుపస్థాః, ఆదిత్యో వైస్సర్వ శబ్దరూప రసగంధాః, ఆదిత్యో వై వచనా దానాగమన విసర్గానందాః, ఆనందమయ, విజ్ఞానమయ, విజ్ఞాన ఘన ఆదిత్యః, నమోమిత్రాయ ఛానవే, మృత్యోర్మాంపాహి, భ్రాజిష్ణవే విశ్వహేతవేనమః.

6. సూర్యాద్భవంతి భూతాని, సూర్యేణ పాలితానితు, సూర్యే లయం ప్రాప్నువంతి, యస్సూర్యసోహమేవచ, చక్షుర్లో దేవసవితా, చక్షు ర్న ఉత్పత్యతిః, చక్షుర్దాతా దధాతునః, ఆదిత్యా మవిద్మహే సహస్ర కిరణాయధీమహితన్నసూర్యః ప్రచోదయాత్ సవితా పురస్తా సవితా పశ్చాత్ సవితోత్తరాత్తాసవితా ధరాత్తా సవితానస్సవతు స్సర్వతాత్ గం సవితానో రసతాం దీర్ఘమాయుః.

7. ఓం ఇత్యేకాక్షరం బ్రహ్మ ఘృణోరితి, ద్వైఅక్షరే సూర్యత్యక్షరద్వయం, ఆదిత్యత్యక్తిత్రీణ్యక్షరాణి ఏకస్వైవ సూర్యాష్టాక్షరోఽనునః యస్సదాహరహర్జ్వలతి సవై బ్రాహ్మణోభవతి, సవై బ్రాహ్మణోభవతి.

8. సూర్యాభిముఖో జప్త్వా మహావ్యాధి భయాత్ ప్రముచ్యతే. అలక్ష్మీర్నస్యతి, అభక్ష్యభక్షణాత్ పూతో భవతి, అగమ్యగమనాత్పూతో భవతి, పతిత సంగభాషణాత్పూతో భవతి, అసత్సంభాషణాత్ పూతో భవతి, మద్యాహ్నసూర్యాభిముఖః పఠేత్ సద్యోత్పన్న పంచమహాపాత కాత్ప్రముచ్యతే. నైషా సావిత్రి విద్యానకించదపి. నకశ్చై చిత్ప్రశగ్ం సయేత్, య ఏతాం మహాభాగః ప్రాణః పఠతి సభాగ్యవాక్ జాయతే. పశూన్విందతి, వేదార్థం లభతే. త్రికాలమేత జప్త్వాకతు శతఫలమవాప్నోతి, హస్తాదితేజపతి సమహామృత్యుం తరతి, సమహామృత్యుంతరతిః—

య ఏవం వేదః ఇత్యుపనిషత్.

ఓం భద్రం కర్ణేభిరితి శాంతిః.

ఓం తిత్సత్.



శ్రీ సద్గురుభ్యోన్నమః

—: అధర్వణీయ సూర్యోపనిషత్తు :—

స్థూలముగ అర్థము :

ఓం, భవంకర్ణేభిరితి శ్వాంతిః—

1. మంత్రము:— ఈ మహత్సక్తివంతమగు సూర్యోపనిషత్తుకు బ్రహ్మణ్ముషి: గాయత్రి చందస్సు: ఆదిత్యుడు దేవత: సోహం [హంసయే] అగ్ని: నారాయణాంశమే బీజము: ఆకాశాది పంచభూతస్థితి కీలకం: హృదయ వికాసమే శక్తి: సస్తాశ్వరధంబున పద్మాసనాసీనుడై కాలచక్రమున కొదారుడగు శ్రీ సూర్యభగవానునిగూర్చి చతుర్విధ పురుషార్థఫల వాంఛా సిద్ధికి జప, తప, ఆరాధనాది నమస్కృతులు చేసేది.

ఇట్లు వేదము తెలుపుచున్నది. ఈ విధముగా తెలిసిన అనుభవజ్ఞులు బ్రహ్మయే యగుదురు.

2. మంత్రము:— భూ: భువ: సువ: అగు త్రిభువనపాలకుడగు సవిత్స [శ్రీ సూర్యుడు] దేవత మమ్ములకు సమస్త పాపములనుండి విముక్తిచేయుగాక. సమస్త చరాచరజగదుత్పత్తి సూర్యునినుండియే యున్న వించినది: సర్వ జగత్తునకు శ్రీ సూర్యుడే ఏకైక ఆత్మమగుచు: ఈ మనమే యజ్ఞమునకు అధిష్టాత, వర్షదాత, అన్నదాతయిను అతిదే. ఈ జగదాత్మ స్వరూపునకు నమస్కారము.

3. మంత్రము:— హే, భగవన్! నీవే సమస్త కర్మస్రతిపాదకు శవు, ప్రారంభకుడవు. నీవు త్రిమూర్త్యాత్మకుడవు. నీవే చతుర్వేద స్వరూ ప్రిడవున్ను. వాటి మూలమున్ను. సర్వ సుజ్ఞాన, విజ్ఞాన చందస్సును నీవే

4. మంత్రము:— శ్రీ సూర్యభగవానునుండియే పంచ భూశోత్పత్తి యైనది. ఈ ఆదిత్యుని నుండియే సమస్త దేవతాగణము, సమస్త వేదములు ముప్పించినవి.

5. మంత్రము:— సమస్త ఖగోళాధి పతియై ప్రకాశించుచు కాంతుః
ష్టములచేత తపింపజేయుచున్నాడు. శ్రీ సూర్యుడే పరమాత్మ :
మనలో మనో, బుద్ధి, చిత్త, అహంకారములై వెలుగుచున్నాడు. అతడే
మనలోని పంచప్రాణవాయువులు, ప్రాణము, అతిడే మన జ్ఞానేంద్రియ
ములు, కర్మేంద్రియములున్ను. అతడే, రూప, రస గంధాదివర్గము. అతడే
జ్ఞాన విజ్ఞానానంద పంచకోశములున్ను. ఇట్లు విశ్వస్వరూపాడును, విష్ణు
పును అయి వెలుగుచు మమ్ములను మృత్యువునుండి కాపాడునుగాక. అట్టి
విశ్వాత్మయగు మిత్రునకు నమస్కారము.

6. మంత్రము:— సమస్త భూతప్రపంచము శ్రీ సూర్యునినుండి మే
ఉత్పత్తి, స్థితి, లయములను పొందుచున్నది. శ్రీ సూర్యుడే మన హంస:
మన చక్షువులకు దేవత: మనకు సుచక్షువుల నిచ్చుగాక. అతడు సహస్ర
కీరణాకృతై సర్వ దిక్కులను వ్యాపించి, సర్వమునందును నిండి నిబిడి
కృతుడైయున్నాడు. ఈ పరమాత్మ స్వరూపుడు మమ్ముల సర్వారిష్టముల
నుండి కాపాడి సర్వకులములు చేకూర్చి సర్వైశ్వర్య ఆయురారోగ్యముల
నొసంగుగాక:

7. మంత్రము:— ఓం—ఈ ఏకాక్షరము బ్రహ్మస్వరూపము.
సృజీ-ఇవి రెండక్షరములు: అదిత్య: ఇవి మూడక్షరములు: ఇవి సమష్టిన
శ్రీ సూర్యోపాక్షరీ సవిత్ర మంత్రమగుచున్నది, ఎవరు ఈ మంత్రమును
జపింతురో వారు బ్రహ్మనిష్ఠులై, బ్రహ్మవిదులై బ్రహ్మలగుచున్నారు.

8. మంత్రము:— ఈ మంత్రమును శ్రీ సూర్యాభిముఖులై జపించు
వారు సర్వవ్యాధిలభయమునుండి విముక్తులగుదురు. దారిద్ర్యము తొలగిన
వారగుదురు. నిషిద్ధవస్తువుక్తులు పునీతులగుదురు: అసవితృలతో సంభాషణ,
అన్యత, అగ్నేలాది సంభాషణదోషములు తొలగినవారిగుదురు. మధ్యాహ్న
మున పఠించినచో పరిపక్వమైనపాతిక, ఉపపాతక, పంచరుహపాపకములు
నశించును. ఈ పరతత్త్వమైన సవితృవిద్యను నికృష్టలైన అననుష్ఠాన

పరులకు, అవిద్యాకృపణులకు, వేద, శాస్త్ర పురాణాని అర్థ సనాతన విజ్ఞానమందు అవిశ్వాసపరులకు, భగవద్భాగవత ద్వేషులకు, సనాతన ధర్మాచార విధ్వంసకలకు. అనాస్థికులకు బోధించకూడదు. పవిత్రులే తెలుసుకొందురుగాక: దీనిని ప్రాతికాలమున పఠించినచో సర్వ సిరి, సంపద సౌభాగ్య సౌఖ్యములుబొందుదురు: సర్వవేద పారాయణాధ్యయన ఫలమును బొందుదురు. త్రికాలములందు జపించుచో శత క్రతువులుచేసిన ఫలమును బొందుదురు, సాయంసమయమున జపించుచో మృత్యువును జయించిన వారై మోక్షకాములు కాగలరు. ఇటుల వేదములు తెలుపుచున్నవి.

ఓం, భద్రం కర్ణధీరితి శ్వాంతిః

శ్రీ సూర్యవరప్రహ్లాదమస్తు.

ఓం తత్సత్.



శ్రీ నవగ్రహ. సూర్యగ్రహ కవచములు

శ్రీ న వ గ్ర హ క వ చ ము

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ౨ | ౧ | ౯ | ౪ | ౩ | ౭ | ౯ | ౫ | ౮ |
| ౬ | ౪ | ౩ | ౮ | ౯ | ౫ | ౯ | ౨ | ౧ |
| ౫ | ౮ | ౯ | ౧ | ౯ | ౨ | ౩ | ౭ | ౪ |
| ౩ | ౭ | ౪ | ౫ | ౮ | ౯ | ౧ | ౯ | ౨ |
| ౯ | ౫ | ౮ | ౨ | ౧ | ౯ | ౪ | ౩ | ౭ |
| ౯ | ౨ | ౧ | ౭ | ౪ | ౩ | ౮ | ౯ | ౫ |
| ౮ | ౯ | ౫ | ౯ | ౨ | ౧ | ౭ | ౪ | ౩ |
| ౧ | ౯ | ౨ | ౩ | ౭ | ౪ | ౫ | ౮ | ౯ |
| ౪ | ౩ | ౭ | ౯ | ౫ | ౮ | ౨ | ౧ | ౯ |

ఏతత్కవచం నవగ్రహస్థాపన పూజనాదా ప్రశస్తం.

శ్రీ సూర్య కవచము .

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ౭ | ౯ | ౧ | ౮ | ౨ | ౩ | ౯ | ౪ | ౫ |
| ౯ | ౪ | ౫ | ౭ | ౯ | ౧ | ౮ | ౨ | ౩ |
| ౮ | ౨ | ౩ | ౯ | ౪ | ౫ | ౭ | ౯ | ౧ |
| ౯ | ౧ | ౭ | ౨ | ౩ | ౮ | ౪ | ౫ | ౯ |
| ౪ | ౫ | ౯ | ౯ | ౧ | ౭ | ౨ | ౩ | ౮ |
| ౨ | ౩ | ౮ | ౪ | ౫ | ౯ | ౯ | ౧ | ౭ |
| ౧ | ౭ | ౯ | ౩ | ౮ | ౨ | ౫ | ౯ | ౪ |
| ౫ | ౯ | ౪ | ౧ | ౭ | ౯ | ౩ | ౮ | ౨ |
| ౩ | ౮ | ౨ | ౫ | ౯ | ౪ | ౧ | ౭ | ౯ |

ఈ కవచముల విషయములు 7 వ అధ్యాయములో చెప్పబడినవి.

4 వ అధ్యాయము

ఉపాసన అనగానేమి? శ్రీసూర్యోపాసన ఎందుకు చేయవలయును?

సూర్యుని శ్రేష్ఠత : ఏతదుపాసనా విశిష్టత

ధ్యానము

శ్లో. “త్వం విశ్వంత్వం హంసత్త్వం భానో పరమహంసశ్చ ।

శివరూపాద్భానమహం తతో ముక్తిం జనార్దనాకారాత్॥”

శ్లో. “యన్మండలం దీప్తికరం విశాలం రత్నప్రభం శ్రీవ్రమనాదిరూపం ।

దారిద్ర్య దావానల దుఃఖనాశం నమామ్యహంతత్సవితుర్వరేణ్యం॥

ద్వాదశార్థాలు.

సృష్టికి సంసారము మూలము. సంసారము ఒక్క కర్మసాగరము; కలిమిలేములు, ఆరోగ్య అనారోగ్యములు, ఆశాపాశ బంధములు, గృహ చ్ఛిద్ర కల్లోలములు నిస్సంతాన దుస్సంతాన ఆవేదన, తదితర మోహ వ్యామోహ జనిదానేకకృత్య ఆకృత్య పాప పుణ్య భయానక గంభీర తరంగ వ్యాకుల సంకీర్ణము. ప్రతిజీనియు ఈ సంసార సాగర తరంగ ధాకలకు లోనై సుఖదుఃఖ పరంపరాసుడిగుండచుందు పరిభ్రమించుచు జననం, మరణం. పునరపిజననం, పునరపి మరణం అన్నట్లు ఘోర గర్భ నరక ఉత్కుష్టమునకు విలపించుచు ఎనబడినాలుగు లక్షల జీవరాసి సూత్రమున ఒకటి విడిచి మరొకటి తృణజలూక న్యాయమున అందుకొనుచు అనంతకొటివత్సర కాలగర్భములో దరిదాపుగానక యుండును. అట్లయ్యును ఈ జన్మ పరంపరాసుడి భ్రమణి సారాసార నిస్సారముల విచక్షణాజ్ఞానము సమస్త జీవరాసిలో ఒక్క మానవదేహికే కద్దు.

మానవునికిని యితర సర్వ జీవరాసికిని భేదము ఒక్క మహత్తర వివేకేంద్రియము మనస్సును నది ఒక్కటియే. ఈ ఇంద్రియ ప్రజ్ఞ ప్రభావములచే తన జన్మ సార్థకత నాలోచించుకొనగలిగిన శక్తివంతుడై ఈ

జన్మ సుడి పరంపరను నిరోధించు మూగ్ధాన్వేషణలో రంశ్వరాధన, ఈశ్వరజ్ఞాన, జిజ్ఞాస మున్నగు సదనుష్ఠానములు చేయ నుద్యుక్తుడయ్యెను. ఈ భగవద్జ్ఞానము మన పూర్వులగు ఆర్యులను మానవులు మొట్టమొదట ఉత్తర ధృవప్రాంతములనుండిన వేదయుగమున చారనుభవించిన దీర్ఘదివము అనగా ఆరు ఏను చూసములు ఒక్కేపగలును అయిదాను చూసములు ఒకటే రాత్రి గడపిన కాలముం దుద్భవించి వారి ప్రాణ, ఉపాదానాచారముగు సూర్యకాలి కరువై పిమ్మట ప్రత్యక్షముగ చూడబడగలిగిన ఈ సూర్యుడే తమకు భగవంతునిని పొడకట్టిన ప్రథమ జ్ఞానోదయమునుంచి సూర్యనియందు భగవద్భావ, సాక్షాత్కారతను తమ వేదములం దంతటను వెదజల్లి అప్పటినుంచి వంశపారంపర్యా తమ వ్యక్తిత్వ, కుటుంబిక తత్కాలికోపనరములకును శాశ్వత, నిత్యసుఖ, బ్రహ్మానంద ప్రాప్త్యుపాయము లన్నింటికిని వివిధ విధాన ధ్యానారాధన, ఉపాసనా సంపత్తిని పెంపొందించిరి. అంతటినుంచి కాలాంతరేణ కలిగిన జ్ఞానానుభవములంబట్టి ఆర్యుల దేవ, దివ్య సంస్కృతి వైభవము పెరిగి, దానికి తగురీతిని వేదములు, షడంగములు, షట్ శాస్త్రములు, స్మృతి పురాణేతిహాసములు, వాటికనుబంధముగ చతుషష్ఠి కళాత్మక చతుర్దశ విద్యా విజ్ఞానవాఙ్మయము పెంపొంది విశాల జ్ఞాన, ద్వ్యీకాసము చెందినది.

అట్టి పవిత్రజ్ఞాన సంపుటిలో “శ్రీసూర్యనారాయణోపాసన” యనంబడిన ప్రత్యక్ష భగవానుడు శ్రీ సూర్యునిఉపాసన ఆరాధనలు ఆ పరమేశ్వరుని అవ్యాజ్య కృపాపారీణిత నర్థించు సాధన కేర్పడిన, ఉపాసన, జ్ఞాన కాండంతర్భాగము. గనుకను అనాదినుండియు ఆర్యమానవజాతి విదేశ, దేశ దేశాంతర వలననాను లయ్యును అనేక కారణాంతర మార్పులకు లోనయ్యును నేటివరకు జాతి, మత, వర్ణాంతర భేదరహితముగ శ్రీ సూర్యభగవానుని

శ్లో. “పితౌఽహమన్య జగతోమాతాధాతా పితామహః ।

వేద్యం పవిత్రమౌంకార ఋక్సామయజురేవచ॥”

గీత ౪-17 శ్లో.

శ్లో. “తపామ్యహ మహం వర్షం నిగృహ్ణా మ్యత్సృజామిచ ।
అమృతం చైవ మృత్యుశ్చ సదసచ్ఛాహమర్జున॥”

19 శ్లో.

శ్లో. “గత్స్థిర్తా శ్రభుస్సాక్షీ నివాస శ్వరణం సుహృత్ ।
ప్రభవః ప్రళయ స్థానం నిధానం బీజమవ్యయమ్॥”

18 శ్లో.

జగన్నిర్మాణ మాతాపిత భర్తయని వారి వారి కనుగుణ్యముగ అనేక విధముల సేవించి పూజించుచు శక్తి, భుక్తి, ముక్తి, సకలాశయ సిద్ధిని పొందుచున్నారు. అట్టితరి కర్మభూమియు, పుణ్యభూమియు నగు మన భారతదేశ వేదవజ్ఞ్యమునుండి ఈ దిగువ పేర్కొనబడినకొన్ని సూర్య రాధన ఉపాసన విధానములను మనము అవలంబించనగును.

శ్రీ సూ ర్య ఆ రా ధ న ప థ తు లు

ప్రా తః కాల ము :—

[1] అనుదినమును బ్రహ్మమహార్తమున సూర్యదండకముస్మరించుచు లేచి కాలోచిత నిత్యకృత్యములం దీర్చుకుని, స్నానమాది, ప్రాత స్సమయ సంధ్యావందన మాచరించుట. పిమ్మట శ్రీ సూర్యమంత్ర, ఉప నిషత్పారాయణానుష్ఠానములు, తులసికోటలో సూర్యార్ఘ్యము లిచ్చి ప్రదక్షిణ నమస్కారము చేయుట—

మ ధ్యా స్తా ము :—

సంధ్యావందనానుష్ఠానానంతరము శ్రీ సూర్యప్రతిక, లేక విగ్రహమును, లేక రూపును, యంత్రము, నవగ్రహకవచము, సూర్య సాలగ్రామమును పూజించుట, మహా నైవేజ్యాదులు. పిమ్మట ఆదిత్య హృదయ పారాయణము చేయుట, తీర్థప్రసాదములు సేకరించుట.

సా యం కాల ము :—

నీరెండ యుండగా సంధ్యవార్చుట, స్వామికి స్వల్పపూజ చేసి పంక్తు ఫలములు నైవేజ్యము చేసి, హారతిచ్చుట మున్నగునవి చేయుట, రాత్రిళ్ళు సూర్యార్ఘ్యములు, దండకము స్మరించుట.

[2] ఆరోగ్యమునకు, రోగ నివారణ, సూర్యకిరణములలో షడంగ మంత్రానుష్ఠానముతో సూర్యసమస్కార ఆసన వ్యాయామముచేయుట.

[3] వ్రతముల మూలమునను సూర్యారాధన చేయవచ్చును. (వీటిని ముందు ఆచార్యములలో చూడనగును)

[4] కతుకల్పవిధానము. ఇందు అరుణకేతువయనము, సూర్యేష్టి, నక్షత్రేష్టి, హోమములు చేయవచ్చును.

[5] శ్రీ సూర్యహంసకల్ప విధానోపాసన. ఇది కేవలము కైవల్య ప్రాప్తికై చెప్పబడిన నిర్గుణోపాసన తెలుపును.

ఉపాసనయనగా నేమి? అట్టి యుపాసన సూర్యనిగూర్చి చేయ దగిన దెద్ది?

మానవ ధర్మోచితమగు సత్సంకల్పసిద్ధికై పవిత్ర మంత్ర, తంత్ర, యంత్రాది తారకసూత్రములను తైలధారవతుగా సకల సమయములందు జ్ఞాతలో నుంచుటకు చేయు ఆత్మ సంయమనీయమగు మానసికసాధన సంపత్తిని, అనగా ధ్యాన, మనన, జప, తప సగుణనిధి ధ్యాసా సమాధ్యా వస్థను ఉపాసనయననగును. ఇక విగ్రహ, ప్రతీక ఆరాధన, పూజ, వ్రత, పారాయణ, భజన, సంకీర్తనములను భక్తివిధాన మనవచ్చును. ఇందు ఉపాసన ఆచరణ ద్వీవిధము.

మొదటిది లౌకికపద్ధతి, రెండవది తపశ్చక్ర్య. ఇందు సాధారణ విధానము బ్రహ్మచర్య, గృహస్థాశ్రమ బహువిధ జీవితావస్థలయందు సనాతనధర్మలక్ష్మ్యముతో మనోభీష్టార్థసిద్ధికై అవసరించునది. రెండవది వానప్రస్థ, తులీ యాశ్రమములును, ఋషులు, యోగులు, మునులు, విదాగులు, నదీతట, వన, గిరి, గుహ నిర్జన ఆశ్రమ స్థలాదులందు నిర్వాహపారముగ, మితాహారులగ, యమనియమధారణ ఆసన సమాధ్యావస్థలలో అవసరించు దీక్షాయుత తపోవిధియై యున్నది.

ఇది కలికాలము, ధర్మము, ధర్మపాలన సమర్థత ఒక్కపానముతో కుంటుచుండి శోషించు నశచునని మనకు తెలియును. ఇప్పటికీ యుగము న ఆయుచువేరి సంవత్సరములకే ఇంత అనాస్థితత, మతసాంకర్యత, అవి

శ్వాసము, అవనీతి, అపారమై సాగుచున్నవి. ఈ పరిస్థితులలో ఈ యుగ అధర్మ, వాహినీతోపాటిచును ధూచరణానకులై నవారిలు నిస్పృహ చెందక కొద్దికాలమైనను ఏపాటి శ్రద్ధతోనైనను “వాసుదేవస్సర్వ మిదం” యని ఏ యుపాసన చేసినను తగు ఫలమును పొందుదురని—

“యాదృశీభావనాయత్ర సిద్ధిర్భవతి తాదృశీ” యని శృతి ప్రమాణము; మరియు శ్రీకృష్ణపరమాత్మ,

శ్లో. “కాంతం తః కర్మణాం సిద్ధిం యజంత ఇహ దేవతాః ।

క్షిప్రం హి మానుషే లోకే సిద్ధిం భవతి కర్మణా ॥”

గీత 4-12 శ్లో.

ఇట్లు గీతయందు అభయమునిచ్చుచున్నాడు. గనుకను స్వయము త్త్వీతయందు ఆసక్తి కలిగినప్పుడే దేహదౌర్బల్యములగు అతిఆశ, అతి తిండి, అతినిద్ర, అతిదోరణి, ఆలస్యత, ఉదాసీనతలను, మరియు మధు మాంసమత్తు ధూమాది పదార్థసేవనము, అకాల ఆక్రమసంభోగ, వినోదాది విషయలాలసత, యంతకన్న నికృష్టమగు అన్యత, ఆశౌచ, అస్తేయ అసహన, జారచోర ఈర్ష్యాది నిషిద్ధ జీవిక విషమ పరిణామములను పూర్తిగ విస్మరించి, మనోబుద్ధి చిత్తాహంకార కట్టడితో విరుద్ధాంతఃకరణ సాధించి, కాలదిటపికతో ఏకాలమున ఏదేవుని యుపాసించినను తత్ఫలమగు భగవదనుగ్రహము అనుక్షణమును పొందుచునేయుందురని భావింపుడు.

శ్రీ సూర్యనారాయణుని ఉపాసనావిశిష్టత

సర్వదేవతలును ఉపాసనీయులే. గాని ఉపాసనమూర్తులలో సూర్యుని శ్రేష్ఠత, విశిష్టత చూడవలయును. భరతఖండమున ఆర్య సాం ప్రదాయము పొసగిననాటనుండి అగ్నిని, జ్యోతిని దేవభావమున జూచుచు తదధిష్ఠానమగు సూర్యునియందు అపరోక్ష భగవద్భావ లక్ష్మ్యము కలిగి యుండిరి. ఉదయము సాయం సమయములందు సూర్యునికి అర్ఘ్యాది వంద నము లర్పించుటయును, సూర్యుడాలేని దినాభోజనము చేయకుంటయు యిత్యాది సూర్యారాధన చిన్తములు దేశమునందంతటయు నున్నవి.

మానవుడు మనోరథముల పుట్ట, ఇది జీవిత పథాలలో ఆశాపాశ తృప్తవల్ల పెరుగునేగాని తరుగునదిగావు. ప్రథమదశలలో అగ్ని, సూర్యా రాధనతో తృప్తిచెందినవారు రానురాను అపరావిద్యతత్వము అలనడి బహువిధ దేవతారాధనలు పెరిగిపోయి శాక్తేయవామచారములేమి, గౌణ మగు భజన సంకీర్తనాదులేమి, ఏకాహ, సప్తాహ, సప్తసప్తాహ ఉత్సవ ప్రసక్తులలోను ముఖ్యమగు ఈ యుపాసన

శ్లో. “సకాతేనేహ మహతాయోగో నష్టః పరంతపః”

గీత-4-2 శ్లోకార్థం.

శ్రీకృష్ణపరచూత్మ గీతయందు చూపినట్లు మానవబుద్ధి మాంద్యగర్భములో అంతరించిపోయినది. గాని ఇట్టి సాధన సంపత్తి యంతయు కామ, కామ్యార్థపటిష్ఠమై ధన, ద్రవ్య, దారిద్ర్య సంభవ కర్మ బలీయమగుప్రాకృత సుఖ దుఃఖ గృహ యమయాతనానాసి సుడిగుండములగు జన్మ మంపరా రోషవిముక్తి చేయుటకు అశక్తములై తీరని వ్యధ అగాధములలో పడ క్రుమ్మును. గనుకను జన్మనివృత్తి పథములే అనువర్తనీయములని తెలియ వలెను. అట్టిది భారతవర్షమున అపూర్వ ఆర్వాచీన వేద విహిత సాంప్ర దాయమై చాతుర్వర్ణ్య ఆశ్రమ అనుష్ఠేయమై, సర్వ వయోబృత్తి జీవనో పాధులకు సులభముగ ఆచరించేయమై, చతుర్విధ పుర్వార్థ ఫలబిద్ధిదాయకమై, సగుణ నిర్గుణాత్మక ఆరాధనోపాసనలకు మీగునట్టిది శ్రీమన్నారాయణ ప్రత్యక్షస్వరూపుడగు శ్రీమత్పూర్వ నారాయణోపాసనయని తెలుసుకొన వలెను. ఇతర సమస్తోపాసనలు ఆరాధనలు, పూజలు, చతుర్విధ పుర్వార్థ ములలో మూడింటినే అనగా ధర్మ, అర్ధ, కామములనే ప్రసాదించగలవి. స్వర్గమునుకూడ నీయగువు గాని పునరావృత్తి రహితకారకమగు బ్రహ్మ లోక పాప్తినిగాని, తదనంతర గురుతరకష్టసాధ్యమగు ముక్తినిగాని ప్రాప్తము చేయనేరవు. సన్యాసాశ్రమ తురీయోపాసన విముఖ ఈ సూర్యోపాసనయనుదాని కొక్క అనుష్ఠానమునకే బ్రహ్మలోకప్రాప్తము కాగలదు గన ఈ సూర్యోపాసన విశిష్టమైనదనుటయే శృతిసమ్మతము.

ఇంతటి మానవప్రాణి సౌభాగ్యమున కంతటికి అప్యాయుడగు శ్రీ సూర్యభగవాను నారాధించుటకు మన దేశమున సూర్యాలయములు బహు అరుదుగ నున్నవి. ఇట్టి స్థితికి కారణములు సూర్యాలయము లుండుట నిషేధమనికాదు. ఈ ఆలయములు ప్రబలచో మానవుడు బద్ధికించి త్రికాల సంధ్యావందన విధిని వెనకబెట్టి ఎప్పుడో ఆలయమునకు వెళ్ళ వచ్చునని చివరకు రెండును చేయుటకు వెనకబడి ఉభయమునకు భ్రష్టుడగును. గనుకను నిత్యోపాసన విధి మాసిపోవునని శాస్త్రురారు లీ యాలయముల కట్టుబడిని బాహుళ్యముగ ప్రోత్సహించలేదు. మరియు, అహో రాత్రములును గ్రహలారాదివశమైయున్న మానవజాతకములలో సంభవించు గ్రహవీక్షణ లోపములను సవరించుటకుగాను సూర్యునితోసహా నవగ్రహ ప్రతిష్ఠారాధనలకు మామూలు శివ విష్ణులయములలోనే ఏర్పాట్లు కల్పించి యున్నారు. మరియు, సూర్యాలయములలేమికి మరొక హేతువును సమంజసము గావచ్చును. మన మర్చించు ఆగమశాస్త్ర నిర్మిత విగ్రహములందు నిర్గుణ పరబ్రహ్మతత్వ ప్రత్యక్ష సాక్షిత్కార దైతన్యమూర్తి, చిన్మయస్వరూపమును గనలేము గాని, పేదము తన్ను విశ్వశించు ఉపాసకులకు పరమేశ్వర చిన్మయ సాక్షిత్కారానుభవము జేయనేంచి అవరోక్షితుమూర్తిని శ్రీ సూర్యభగవానుని ఆరాధనమున జూపుచున్నదని తోచెడిది! పరమేశ్వరుడు సృష్టి సంకల్పించియు నద్దానికి తాను తార్య కారణత్వముల వహించి శ్రీమన్నారాయణాంశుండై అందు బీజమైయుండి, సాక్షీభూతుడై, తేజోమయుడై చిద్విలాసుడై, నిష్పద్మామై, అనాహతశబ్దమై, ఓంకారాత్మకమై, “అభు”యై అనందమయమయిన చిత్కళలో జ్ఞానాజ్ఞాన ఉపాసకలోకమును సముద్ధరణ మొనర్చునని

శ్లో. “ఓం నారాయణః పరోఽవ్యక్తా దణుషవ్యక్త సంభవమ్।

అణ్డస్యాన్తస్త్వి మేలోక్ః సప్తద్వీపాచమేదిన్॥”

శ్రీ ఆదిశంకర భగవత్ప్రతిపాదితము.

శ్లో. ఆదిత్యానమహం విష్ణుర్జోతిషాం రవిరంశుమా॥”

శ్లో. యఃపునరేతం త్రిమాత్రేణోమిత్యేతేనైవాకరేణ ।

పరంపురుష మభిధ్యాయిత సతేజసీ సూర్యేసంపన్నే ॥”

ప్రశ్నోపనిషత్తు—అ 5-5 శ్లో.

* శ్లో. కిరీటీనంగదినంచక్రిణంచ । తేజోరాసిం సర్వతోదీప్తిమంతం ।

పశ్యామిత్వాంమర్నిరీక్ష్యం సమంతాద్ధీప్తానలార్కద్యుతిమ ప్రమేయం ॥”

గీత 11అ-17 శ్లో.

యిత్యాది దివ్యప్రమాణవాక్యముల పూర్వకముగ శృతి, స్మృతి, భగవద్గీతలు శ్రీ నిర్గుణ బ్రహ్మనంతశక్తి ప్రత్యక్ష చిన్మయ స్వరూపమే శ్రీసూర్యుడని తమ తమ సహస్రశాఖామూలమున శృత మొనర్చుచున్నవి. నిత్యకృత్యములో మనతల్లి మన జననాంతరమున ఒక వ్యవధిలో ఎప్పుడో ఒక వ్యక్తిని నీ తండ్రియని ఎటుకపరచినప్పుడు ఆ వ్యక్తియందు పితృత్వము నిశ్చంకార్హముగ విశ్వసించి ఎటుల కృతార్థత నొందుచున్నామో అటులనే వేదవాక్యములును అవలంబనీయమని వేరుగ చెప్పనక్కరలేదు. మన తండ్రియందలి పితృభావములో ఏ అనుమాన లేకమున్నను మన మెంతటి నికృష్టజీవిత అనర్థకములపాలగుమో మీకు తెలియని గాదు. అటులనే వేదమందలి అనుమాన అవిశ్వాసములుకూడ

“ సంశయాత్మావినశ్యతి ”

యను ప్రమాణమున అంతకన్నను మిన్నయగు తీరని జన్మ జన్మాంత మహాపాపారిష్టానిష్టకష్టముల కీడ్చునని ఎఱింగి శ్రీ మత్సూర్యనారాయణ ప్రత్యక్ష భగవానుడని సమస్త కర్మాకర్మ ధర్మములందును ధ్యానింప ఆరాధించి, ఉపాసించి కృతకృత్యులు గావలయునని కోరుటగుచున్న గనుక సాక్షాత్తుగ మన కన్నులెదుటదేదీవ్యమానమైదివ్యమై గనంబడు భగవదనుమార్పియొక్క అనన్య ఆరాధనకు దేవాలయ నిర్మాణములుముండు

* ఈ శ్లోకమును దీనితరువాత శ్లోకము 18వ దానితోపా అన్వయపర్యుక్తని చూచేది.

కంకణమునకు దర్పణమనవసరమన్నట్లు భుష్క ప్రయాస యని * అరుణా లయప్రతిష్ఠలు బహుళముగ నుద్యమింపబడలేదని తెలియవలెను.

ఉపాసనామూర్తులలో సూర్యుని శ్రేష్ఠత ఎట్టిది?— మనము చూచు చరాచర సృష్టి అధిష్టానము అప్రతిమాన అనివర్జ్య అనాద్యంత అవాఙ్మానన

* ప్రస్తుతము మనదేశముననున్న ప్రశస్థ సూర్యాలయపంచకము:—

[1] శ్రీ సూర్యనారాయణ కోయిల్. దీనిని తంజావూరు జిల్లాలో క్రీ. శ. 118 సం॥మున కుళోత్తుంగచోళదేవ మహిపతి నిర్మించినాడు.

[2] శ్రీ కోణార్కాలయము — ఉత్కళములో (ఒ రి స్సా) సముద్రతీరమండలమున నున్నది.

[3] శ్రీ మార్తాండాలయము — కాశ్మీరదేశములో యాత్రాలయమున శ్రీనగరమునకు వెళ్ళు మార్గమధ్యమున నున్నది.

[4] శ్రీ సూర్యాలయము—ఉత్తరమున పంజాబుదేశములో చీనాబ్ నదియొడ్డున మిత్రవనములో శ్రీ కృష్ణుని కొమార్డు సాంబుడనునాతడు కట్టించినాడు.

[5] శ్రీ అరుణాలయము — ఆంధ్రరాష్ట్రములో శ్రీ కా కు శ ము జిల్లాలో ఆంధ్రరాజులచే కట్టబడినది. ఈ పైని పేర్కొన్న లయిదు ఆలయములు గాక శ్రీకృష్ణుని కొమార్డు సాంబుడనునాతడు ఉత్తరమున ఛరొక ఆదిత్యాలయమును మూల్తానుప్రాంతముల కట్టినట్లును, తానది చూచినట్లును పూర్వము చైనా యాత్రికుడుగా వచ్చిన శ్రీ హుయన్ త్సాంగు మహాశయుడు తన చరిత్రలో లిఖించినాడు. అది మహాశ్శుదీయ యుగములో శిథిలావస్థలో నున్నప్పుడు ఔరంగజేబ్ నిర్మూలనమొనర్చినాడు. ఛరొక అపూర్వ దేవాలయము తక్షశిల (Taxila) యందు “తిన” యను హిందూ రాజు నిర్మించెను. అది కానిష్కునివరకు యుండెను కానిష్కుని నాజెములకు ఆ విగ్రహ ముద్ర యుండెను. పిమ్మట శిథిలమైనది. ఇవిగాక కలకత్తా పురావస్తుశాలలో బుద్ధయుగమునాటి రాతిలో చెక్కబడిన సూర్యుని ప్రతిమ చెక్కడములు గలవు.

గోచరమగు మహావిమృత్స్వయం స్వేచ్ఛా ప్రతిభాభాసుడు శ్రీ పరమాత్మ
అస్మత్సద్గురువరేణ్యులు శ్రీ త్యాగరాజస్వామివారు

జయంతశ్రీ.-దేశాది. మే. 20

“మరుగేల ఓ రామవ.

మరుగేల చూచర రూప పరాత్పర. సూర్యసుధాకరలోచన॥

అన్ని నీవనుచు అంతరంగమున తిన్నగా వెతకి తెలుసు

కొంటినయ్య,

నిన్నెగాని మదినెన్నజాల నొరుల, నన్ను బ్రోవవయ్య

త్యాగరాజనుత॥”

యనుచు అనుపమాన మృదుమధుర మాధుర్యాలాపనలలో గానముచేసిన
సచ్చిరానంద శ్రీమన్నారాయణ పరబ్రహ్మతత్వ, పరాసంకల్ప ఏకైక
స్వయం శ్వేచ్ఛాగృహీత ప్రకాశ స్వస్వరూపమూర్తియే మన సూర్య
భగవానుడు ఈ నిర్గుణ, నిష్కళ, నిష్క్రియాపరుడు శ్రీ సూర్యమూర్తి
సకల సనాతన ఉపాస్యమూర్తులకును మూలపురుషుడు. ఈతడు సమస్త
మహావాకాశ, భూభౌతరాశ సర్వగోళ, సర్వలోకాలోక చతుర్దశభువనము
లకు అగ్ని, వాయు, వరుణ, యమ ఇంద్రాది దశదిక్పాలక దేవేభ్యఃకు,
శక్తిత్రయాత్మకస్వరూప లక్ష్మి, గాయత్రి, కాళీ దుర్గాది దేవతలకును
మూలాధారము దృశ్యావృశ్యచూనస్థూల సూక్ష్మ సూషణ స్థావర జంగ
మాది సకలప్రాణి అప్రాణి ప్రపంచక ఉనికి ఉత్పత్తి ఉత్పాదన కారక
త్రిమూర్త్యాత్మక ఏకైక సమ్యక్ సమగ్ర గుణ నిర్గుణ నిత్యకళ్యాణ
శోభాయమాన అఖండైక రసరాజై యున్నాడు. మరియు, త్రిమాత్రాంతర్గత
వేదవేదాంగ షట్కాండ పురాణ యితిహాసాది విద్యా విద్య సర్వ శబ్దార్థ
సారస్వత ఘన విజ్ఞాన ఖనియు, అప్రమేయ అసతిహతక్షరాక్షరాతీత
శ్రీమన్నారాయణ పుంఖాన పుంఖ దివ్య హిరణ్య తేజః కిరణ ఏకైక స్వరూ
పియు నగు శ్రీమహ్నూనారాయణమూర్తి సాటిలేని తారక ప్రణవాత్మయని
తెలియవలెను. ఈ అనంత, అవ్యాకృత, చిన్మయుని శ్రీ సూర్యనారాయ
ణుని ప్రశంసింపని పవిత్ర మంత్ర, పురాణ, యితిహాసాది వాఙ్మయము

లేదు. ఈతనిని పురస్కరించుకొనని శాస్త్రములు లేవు. అంతర్భూతమై యుండని ప్రాణిలేదు. ఈ మూర్తి చిత్కాలి పౌసగని దృక్, దృశ్య ద్రష్టత్రయం లేదు. ఈతని చిత్కాత్యక్తిమై యుండని మనోమయ ధమ్మము (జప, తప. హోమ. ధ్యానాదులు) లేదు. ఈ అణూరణీయ చిచ్ఛక్తి అంతర్గతమై యుండని పాంచభౌతిక పదార్థ జడ అజడ నిర్లక్ష్యమే లేదు. ఈ చిదాకాశ ఘనముగాని శబ్దములేదు. ఈ చిదాగ్నియే లేని క్రతుకర్మకాండలులేవు. ఈతని చిద్వభూత్యాత్మక తత్త్వముగాని జ్ఞాన. ప్రజ్ఞాన. పరాకాష్ఠతలు లేవు. ఈ చిన్మయ విశ్వాత్మ తత్త్వమంతర్హితము గాని దేవ, దేవి భావ ఉహ్య నూహ్యములే లేవని తెలుసుకొనుటయే శ్రీ సూర్యుని పరిష్టత ఎఱుంగుటగును.

సమస్త భువనములు దేవుడు అని పిలుచు కేవల పరంబ్రహ్మతత్త్వ మును ఒక యదార్థ స్వరూపములో చూచు టసంభవము. అంతమాత్రము ననే దేవుడులేడన నొప్పుదు. సర్వాంతర్యామియై నిండి నిబిడీకృతమగు పరమేశ్వర తత్త్వమే ఆనాడు కళ్యపుని కడతేర్చి ప్రహ్లాదుని బ్రోచినది. ఈనాడు మానవులచే ప్రేల్చబడుచున్న స్థూలాణువిచ్ఛత్తి జనిత తేజశ్శబ్దములకే జను లెంతటి ఘోర కఠోర విపత్తులపాలగుచున్నది వినుచునే యున్నారు. అట్టితరి రేణువులో అనగా సూర్యుని కిరణములో నడయాడు సూక్ష్మనలకలో ఆరవవంతగు విశ్వవిభూతి పరమాణుశక్తి విచ్ఛత్తి విజృంభణ దిర్ఘనము భరింప నేరితరము. ఈ విచ్ఛత్తి విశ్వవిచ్ఛతీయేగాని మరొకటి గానేరదు. పరమాత్మను ఈ చక్షువులతో చూడవలెననుట ఈ యుగ ప్రాణశక్తి ధర్మపరిమితిలో దుర్బరము. దుర్లభము. ఈ విషయము ఊహ్యమైనచో అజ్ఞులలోకూడ అనాస్తికతకు తావేలేదు. గనుకను దేవుడనగా అపరోక్ష నిర్గుణ చిన్మూర్తియగు శ్రీ సూర్యుని దేవాత్మశక్తి మహత్తత్త్వమని ప్రతిపాదించు వేద, ఉపనిషద్బ్రహ్మణములే లోక కళ్యాణ సంపత్కరములని ఈ కర్మ, పుణ్యభూమియందైనను విశ్వసనీయము.

దేవుడు దేవాత్మశక్తియని అభేదజ్ఞానము గావలెను. దేవాత్మశక్తి యనగా దేవస్య = ద్యోతనాది అనగా ప్రకాశించుట మున్నగు గుణములు

గలిగి మాయావిశుద్ధుడైన పరబ్రహ్మముయొక్క ఆత్మ భూతమైన శక్తియని-
శ్వేతాశ్వతరోపనిషత్తు ఆ 1-3 మం॥ వ్యాఖ్య. మరియు అందు 3-2 మం॥
(ఆ 4-10 మం॥ చూచేది) ములో 4 అర్థాంతములుగా నిరూపణ యగు
చున్నది. ఇందలి మూడర్థాంతములందు [1] ఏకోరుద్రః [2] దేవాత్మ
యని ద్వివిధముగః—

దేవశ్య = పరమేశ్వర ఆత్మభూతానాం జగదుత్పత్తిలయ హేతు
భూతానాం బ్రహ్మ విష్ణు శివాత్మికాం యనియును 4వ॥ అర్థాంతమందుః—
“సర్గస్థిత్యంతకారీణీం బ్రహ్మ విష్ణు శివాత్మికాం, ససంక్షాంయాతి
భగవాన్ ఏక ఏవ జనార్దనః”

యని నిర్వచించుట శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తి పరమని ఎఱుం
గుట యుక్తము.

మరియు తైత్తిరీయోపనిషత్ - నారాయణ ప్రశ్న, ద్వాదశాను
వాకము, ద్వాదశమంత్రముతో అన్వయమున త్రయోదశి మంత్రమును
పఠించిన

“యస్మాత్పరం నాపరమ స్తికిజ్ఞైర్వస్మాజ్ఞాయోనజ్ఞాయోఽస్తికశ్చిత్ ।
వృక్ష ఇవస్తస్థోదివి తిష్ఠత్వేకసేనేదం పూర్ణం పురుషేణ సర్వమ్॥”

తైత్తిరి 13 మం.
మంత్రములో ఏ బ్రహ్మతత్వమునకు “జ్ఞాయోఽస్తికశ్చిత్” అనుటచో
అపరవిద్యాత్మకముగ పరిమాణగుణోత్కర్ష, గుణాపకర్షణ స్వయంసం
కల్ప జగద్రూప భ్రాంతియుతముగ మొదట గ్రహింపబడినను పిమ్మట
“వృక్షఇవస్తస్థోదివ తిష్ఠత్వేకసేనేదం” యని గరునాగమనములు * లేక నే
మహదాకాశమందు స్థాణుశ్యము సిద్ధింపబడినది. ఈ స్థాణు జగద్భ్రాంత్యా
త్మక పరబ్రహ్మ స్వరూపమే “సూర్యు”డని వ్యక్తమగుచున్నది గనుకను
మా పాతకమహాకాయులెల్లరును ఇప్పటికే జరిగిన గ్రంథ విస్తరణకు
వినుగుచెందక ధగద్దగాయమానుడగు శ్రీ సూర్యనారాయణుడు స్వయం
కేశరణీయ శ్రీమన్నారాయణాశ్రీ కారణ * సప్తక జగద్భ్రాంతి నిర్గుణ పర
బ్రహ్మమని విశ్వసించుచుగాక. శ్రీ సూర్యభగవానుడు ఈ నిర్గుణ పర

బ్రహ్మస్వరూపియేనని చెప్పనట్టి ఈ దిగువ ప్రమాణమున్ను గమనింతురుగాక:—

“ఇదంసర్వం యదయమాత్మా”

బృహదారణ్యకం. తా. సమస్త ప్రాణులయొక్క నిర్మలాంతఃకరణ దర్పణమున లీనమగుచున్నది ఈ తేజోమయస్వరూపుడగు పురుషుడే! ఆతడే అమృతస్వరూపుడు. ఆతడే ఆత్మస్వరూపుడగు పరబ్రహ్మము.

.. “అయమాదిత్య సర్వేషాం భూతానాం = అమృతమయః పురుషోఽయమీవసయోయమాత్మేద

5 మంత్రము మమృత మిదం బ్రహ్మాదగ్ సర్వం”

తా. సూర్యుడు సమస్తభూత శ్రేష్ఠాంశము. యితడే అమృతస్వరూపుడు. తేజోస్వరూపుడు ప్రసిద్ధమగు ఆత్మస్వరూపమున్ను ఈతడే, పరబ్రహ్మ స్వరూపమును ఈతడే.

అ బ్ర
“7-15-1 మంత్రము

ప్రశోపనిషత్తుల వివరణలు చూచేది-ఈ కారణములనుబట్టియే సూర్యుడు ప్రత్యక్షభగవత్స్వరూపుడిని ప్రతీతియైనది. శృతియందు అనేక చోట్ల సూర్యునిగూర్చిన యిట్టి ప్రమాణములనేకములున్నవని తెలియవలెను. గనుక ఈ మూర్తి నుపాసించుట తురీయాశ్రమ నిర్గుణ బ్రహ్మోపాసన తుల్యమని ఎంచవలెను. ఇందు క్రమముక్తి ప్రాప్తియును. అందు [తురీయములో] సద్యస్కాల తదాత్మైక్యకత యనునదే స్వల్పభేదమని గ్రహించేది.

సమస్త అండపిండాండాది భువనములకు అధిష్ఠానమగు సూర్య భగవానునియందుగల మరొకయుత్కృష్టత నుదహరించినయెడల ఈ యుపాసనయొక్క విశాల సుస్థిర అనుగ్రహశక్తిని తెలుసుకొనగలరు. మానవజన్మయొక్క పరమార్థాశయమును సగుణ కర్మకాండలచే సాధ్యమగు అణిమ, స్వర్గ సిద్ధులుగాక పునరావృత్తిరహిత ఫలప్రాప్తియని

తెలియవలెను. ఇది రెండువిధములుగా లభ్యము. ఒకటి సద్యస్కాల తదాత్మైక్యకృత [లీనము], రెండవది క్రమముక్తి. మొదటిది కఠినతమమైన నిష్కామకర్మ, కర్మసన్యాసము, సర్వసంగ సన్యాసము, అమనస్కమువల్ల సాధితము; రెండవది సునిశ్చితమైన సగుణోపాసనవల్లనైనను సాధ్యము పరావిద్యయందు సగుణోపాసన లనేకములుగలవు. గాని పరివిద్యాసంబంధమై యధార్థముగ ముక్తిఫలప్రదమగునది శ్రీ సూర్యోపాసన. బ్రహ్మజ్ఞిజ్ఞాసాపరుడును, జ్ఞానియును, విరాగియును కాకున్నను సదర్శులు * సత్పురుషులు, సనాతనులు, అపాపులు, అనపరాధులు, ఆత్మరతులు, సత్కాములు ఆప్తకాములు యిత్యాది సద్వస్తులగు స్త్రీ పురుష పవిత్రజీవులెల్లరును:—

“అగ్నేనయ సువధారాయే అస్మాన్విశ్వాని దేవవయునాని విద్వాన్ :
యు యోధ్యస్మజ్జహరాణమేనోఘాయష్టాంతే నమశ్చక్తిం విధేమ.”

శ్లో. గూడార్థదీపిక వ్యాఖ్య చూచేది. అ 8-24 శ్లో. గీత.

శ్లో. ప్రమాణమునను. మరియు:—

శ్లో. “ఏషా బ్రాహ్మీస్థితిపార్థ! నై నాం ప్రాప్యవిముహ్యతి,
స్థిత్యాఽస్యామంతికారేఽపి బ్రహ్మ నిర్వాణ మ్మచ్చతి.”

గీత-అ2-72 శ్లో.

ప్రమాణము ననుసరించి “బ్రాహ్మీస్థితి” అనగా ఉపాస్యమూర్తి, యిచ్చలు సూచ్యస్థితింతర నిరవధికి మనోమయులగువారు

శ్లో. వేదేషు. యజ్ఞేషు, తపస్సుచైవ దానేషు యత్పుణ్యఫలం ప్రదుష్టమ్ :
అత్యేషి తత్సర్వమిదం విదిత్వా యోగీవరంస్థానమునైతి చావ్యమ్.”

గీత అ. 8-28.

ఏతత్పుణ్యకర్మాచరణ సమర్థులైనను కాకున్నను కూడా అట్టి స్థితినే యతిక్రమించి నిత్యార్థులగు సూర్యారాధనోపాసన వ్రతానుష్ఠానులు సజ్జనులు మహాత్ములు

* శ్లో. అగ్నిర్యోతిరహ శుక్లషణ్మాసా ఉత్తరాయణం ।

తత్రప్రయాతా గచ్ఛతి బ్రహ్మ బ్రహ్మవిదోజనః॥" గీత ఆ 8-24 శ్లో.

* ఈవిషయము 30 పేజీలో స్థారుగుర్తుగల "గమనాగమనములులేకనే" అనుచోట అన్వయించేది:—అమనికభూగోళశాస్త్రముకూడ సూర్యుడు చలించని గ్రహమనియే చెప్పుచున్నది. మన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రమునకు వ్యతిరేకించుట లేదు. ఇచ్చోట తైత్తిరి-నారా-ఆ 12-12-13 మంత్రముల వ్యాఖ్య చూచేది.

* ఈ విషయము 30 పేజీలో స్థారుగుర్తుగల "సప్తక జగద్భ్రాంతి నిర్గుణ పరబ్రహ్మమని" అనుచోట అన్వయించేది:—మాయాశక్తి పరివర్తితముగ ఏర్పడిన జగత్తు: ఆమాయాశక్తియే మూలప్రకృతి యనంజుడును. ఈ శక్తియందు 7 గుణములు. [1] కాలము [2] స్వభావము [3] నియతి [4] యదృచ్ఛా [5] భూత [6] భూత [7] పురుషుడు అను నవిమిడియున్నవి. పీల్చులోను, అనులోమ, విలోమ, విన్యాసములే జగత్కారణము. పరబ్రహ్మతత్వమే బ్రహ్మాండము. ఇది అవ్యక్తము: ఈ బ్రహ్మాండమే శక్తిసప్తక పరివర్తనమై సూర్యస్వరూపమున పిండాండమై వెలుగుచు అధిష్టానమై ఆదిత్యుడై నిర్గుణుడై యున్నాడు.

* ఈవిషయమును 32 పేజీలో స్థారుగుర్తుగలచోట "అపాపులు, అనపరాధులు" అనుచోట అన్వయించేది:—అపాపులు = ఘోరపాపములు చేయనివారు (దోషమైనను అది పాపము కాకపోవచ్చు): అనపరాధులు = పరధర్మముల, పరాపచారముల నాచరించనివారు: సత్కాములు = ఇష్టాపూర్తాది సత్కారములు చేయువారు, ఆత్మరతులు = గీతఆరి.శ్లో 17-18 ములు చూచేది: ఆప్తకాములు = ముముక్షువులు: ససాతనులు = పూర్వాచారసంపన్నులు; సత్పురుషులు—సజ్జనులు = ప్రపంచమునకునిరపాయకరులగువారు: మహాత్ములు = నిష్టాచరణయుక్తమైన త్రికరణశుద్ధిగలవారు: పవిత్రజీవులు = సాత్వికతద్వధర్మజీవనవిధానులు.

* సూర్యలోకసప్తకము:—1 వాయులోకము, 2 వరుణలోకము 3 విద్యుల్లోకము 4 ఇంద్రలోకము 5 చంద్రలోకము 6 ప్రజాపతిలోకము.

మరియు,

శ్లో. “గృహ్లాత్కాత్య ప్రకాశాన్నిజవిషయమతోఽధ్యాత్మమత్రేంద్రియంస్యాత్
త్సూర్యాద్యంతః ప్రవృత్తిం ప్రజనయిత తత్పాధి దైవంతిదుక్తం ।
రూపావ్యం చాధిసూతం యదనుగతమనుద్ద్యేయమాత్మస్వరూపం ।
తేనాస్తే తస్యతిష్ఠామ్యహ మభిముఖ మిత్యష్టమే సృష్టమాహ॥”

శ్రీ శ్రీ శ్రీ ప॥ ప॥చార్య శ్రీ సుబ్రహ్మణ్యబ్రహ్మస్వామి విరచితం.

తాత్పర్యవరమగు

సూచన.—

అధిభూతుడును, అధియజ్ఞుడును, అధిదైవమునగు
హిరణ్యగర్భునిసూర్యుని ఉపాసించుచు బ్రహ్మోపాస
కులు బ్రహ్మమునుజేరునట్లే ప్రాణ ప్రయాణసమయ
మున సూర్యుడైన అతడు తానే సృష్టియందుండి
తానాలోకములపొందించి అటు క్రమము క్తిప్రాప్తిని
తనలోనై కృమమును కలుగజేయును.

ఈ సందర్భములో ప్రశ్నోపనిషత్తు 1వ ప్రశ్న 10, 11 పంక్తములుకూడ
ముఖ్యముగ జూడవలెను. గనుక, మన రజస్తమోగుణముల నణచి
ఏకైకాగ్రచిత్తధ్యాన. శమదమాది సత్సంపత్తిని కలిగించి, సాత్వికసత్తాత్మిక
సాచారణ సవికల్పక సమాధి నిది ధ్యాసాదుల నలవర్చి ఏత దుపాసనానం
తర్గత “అగ్నిర్యహ్వాంతి * శుక్ల” శక్తిచే, తత్ఉపాసకుని ఉత్తరాయణ
శుక్లపక్ష, పర్వడి, దివస, ఉదయ. శుచిర్భూత, అనాయాస దేహ విము
క్తిని పొందించి, అర్చిరాది దేవయానమున సప్తసూర్య పుణ్యలోక ప్రాప్త్య
నంతరము బ్రహ్మలోకమును జేర్చి, పూర్వము జప్తకామ్యార్థాభీష్టములను
తీర్చినటులనే. యిప్పుడు నిత్యత్యక్రమముక్తిని కూడ తన ఏకైక [పూజ,
వ్రత,] ఉపాసనవల్లనే పొందింపజేయగలుగుటచే శ్రీ సూర్యభగవానుడు
ఉపాసనీయ మూర్తులలో శ్రేష్ఠుడని పై వేదప్రమాణములచే నిర్వివాదాం
శముగ విశ్వసనీయము.

* ఉత్తమ నిర్యాణసప్తకము:— 1. ఉత్తరాయణం, 2. శుక్లపక్షం
3. పర్వడి, దివసం, 4. ఉదయం, 5. శుచిర్భూత, 7. అనాయాసనిర్యాణం.

మరియు. మహానీయుడైన శ్రీ త్యాగరాజస్వామివారు తమ శ్రీరామ తారకోపనిషత్తులలో [కృతులలో] ఈ సూర్యోపాసనయొక్క పరమపవిత్ర పాత్రతను బహు శక్తివంతముగ నిరూపించియున్నారు.

వరాళి—ఆది—మే 39

కృతి:—“కరుణ ఏలాగంటే నీ విధమే కళ్యాణసుందరరామ ।

[1] పరమాత్ముడు జీవాత్ముడు ఒక్కడై బరగుచుండు
భక్తపరాధీనుని—కరుణ

[2] అన్యతంబాదడు, అల్పుల వేదడు. సున్యపులగొలచడు
సూర్యుని మరువడు—కరుణ”

యనుగు గాన మొనర్చియున్నారు. పరమాత్మయగు శ్రీరాముని కరుణ యుంటేనే తప్ప జీవ పరమాత్మైక్య పునరావృత్తి రహితాశయము సిద్ధించదను విషయము స్థిరీకరించియున్నారు.

“మోక్షమిచ్ఛేత్ జనార్దనః”

యను సద్వాక్యమునుబట్టి మోక్షమును పొందుటకు సాక్షిద్వంద్వనుండగు శ్రీరాముని కరుణ ఒక్కటే కారణము కాగలదని చెప్పచు అట్టి రామ కరుణ కలిగిన భక్తావతంసునియొక్క గుణాగ్రగణ్యతను అనేక జీవిక సత్ప్రవర్తన, సన్మార్గానుశయానుభవములను సూచించుచు శ్రీరామచంద్ర మూర్తి కరుణాపాత్రులగువారు అన్యతమాదరు, అల్పులను యాచించరు, రాజుల నాశ్రయించరు, మీమమిక్కిలి “శ్రీ సూర్యభగవానుని మరువరు” యనుచు ఇత్యాది తదితర సుగుణసంపత్తి నెంతయు ప్రస్తావించియున్నారు. (ఆకృతిని సాంతముగ చూచిన శ్రీవారి వాక్ నిజస్వార్థస్యమును గ్రహించగలుగుదురు) మరియు శ్రీరామ కరుణగలాటివారు “అసావాదిత్యోబ్రహ్మ” యను శృతి ననుసరించి జ్యోతిర్మయుండును. పరంబ్రహ్మత్వకుండునగు ఆ సూర్యభగవానుని విధిగా ఉపాసించుట కర్తవ్యమని గ్రహించకపోదని

యుష్టాటించియున్నారు. ఎవరును భారతీయుడైన మనుజుడు (చాతుర్వర్ణ్యం
లందును) ప్రప్రథమారాధనోపాసనమూర్తి సాక్షి భగవానుడగు ఆ
సూర్యనారాయణుని కొలచుట మరువడని చెప్పుటలో ఒక గొప్ప భారతీయ
మానవధర్మమును ప్రశంసించియున్నారని తలంచవలెను. శ్రీ త్యాగ
బ్రహ్మబోంట్ల సత్పురుషుల వాక్కుహిమ యమోఘంబని ఎంచి శ్రీ సూర్యో
పాసన ప్రాశస్త్యవిశిష్టతలు నిరూపించుటకు మరితర వేదవాక్యములతోపాటు
శ్రీ త్యాగోపనిషత్తునకన్న ఎక్కువగా ప్రమాణమనవసరముగ
భావించి ఏతదుపాసన పవిత్ర ప్రత్యేకతను గుర్తించి, విశ్వసించి, అను
ష్ఠించి కేవల ప్రత్యక్ష పరంబ్రహ్మమూర్తియగు ఆ శ్రీసూర్యనారాయణమూర్తి
యొక్క (“పరమాత్ముడు జీవాత్ముడు ఒక్కడై” యన్నటుల) సాయుజ్య
సాంప్రదాయక కరుణాప్రాప్తి నొందుదురుగాక !

మరియొకవిషయమునుగూర్చియు ఈ సూర్యోపాసన సర్వోత్కృ
ష్టమయి సర్వ కేయస్కరమైనదని చెప్పదగును. మనదేశమున ప్రస్తుత
కాలములో ప్రీతి అనేకవిధములుగ సంఘజీవన సౌలభ్యమందు వెనుకబడి
యున్నారని విచితమే. దానికితోడు నైతిక ఆధ్యాత్మిక విషయములందును
వీరు చాల వెనుకంజ వేయుచున్నారు. వీరికున్న జన్మతః స్వభావ దౌర్బల్య
ములలో రజస్వలాదోష మొకటి. సృష్టిలో ఏ జీవకోటినను ప్రీతి దేహి
శృంగార విలాసావసరములకును, సజాతీయ సంతానోత్పత్తి ప్రమేయము
లకు ఏర్పడిన జీవిగ వేదమున్ను, మత సిద్ధాంతములున్ను చెప్పుచున్నవి.
ప్రీత్యము, రజోదోషము వయఃకాలములో అవిభాజ్యములు. ఈ దోష
ములు కనబడకాలమున ఆపెకు ముక్తిసాధనోపాయ సాధనములనవలం
బించుట నిషేధము. రజస్వలాదోషము పోయి ఆశ్రమ భేద మహాసుక్ష్మ
తము కలిగినగాని పురుషజన్మకు రానేరాదు. అనగా ప్రీతిగాయండి రజో
దోషము ఉడిగినను కాదని తెలియుదు. రజోదోషములేని పురుషజన్మకు
రావలయునని అర్థము. గనుకను సాధారణ పరిస్థితులలో ప్రీతి పునరావృత్తి

రహితము క్రికి అర్హత లేదు. సుకృతములు చేయుచో తత్ఫలమగు స్వర్గము గాని, లేక యితర పుణ్యలోకములు చేరి మరల శ్రీ జన్మకురావలసినదేగాని సూక్ష్మ ఉపనిషదర్థముల ననుసరించి శ్రీ యున్న బ్రహ్మచారిణిగాగాని, వివాహమై సభర్తృకగాని, విభర్తృకగాని, రజోదోషమంతరించిన పిమ్మట షష్టిపూర్తియై, భర్తతోగాని లేక భర్త లేకగాని వానప్రస్థ కుటీచక సన్యాసాశ్రమస్వీకారములచేసి జ్ఞాన సముపార్జన చేసినచో పురుషసన్యాసులకు వలెనే బ్రహ్మలోకప్రాప్తి కలిగి అచ్చటనుండి ప్రాప్తాప్రాప్తమున క్రమము క్రిని పొందకలుగును. ఇందుకు తార్కాణము యాజుర్వేద్య మహాముని భార్య మైత్రేయి, కౌశికి, గార్గి యిత్యాదులను పేర్కొనవచ్చును. ఈ రోజులలో శ్రీలు వైరాగ్య ఆశ్రమము నడుపుట దుస్తరము. గనుకను శ్రీలు సామాన్యముగ శ్రీ సూర్య అష్ట, లేక దశాక్షరీ మహామంత్ర జపమును చేసుకొనుచు, సూర్య ఆరాధన, వ్రతాద్య * నుష్టానములు చేయవచ్చును. పిమ్మట షష్టిపూర్త్యనంతరము రజోదోష మంతరించినపిమ్మట సద్గురువుచే ఉపదేశితురాలై * తగు ఆశ్రమ స్వీకారముచేసి [వానప్రస్థము, కుటీచకము] శ్రీ సూర్యహంసోపాసనచేసి బ్రహ్మలోకనివాసార్హురాలై క్రమము క్రిని పొంది తరించవచ్చును. గనుకను శ్రీలకును పరమహంస సన్యాసాశ్రమస్వీకారముచేయకనే తదాశ్రమస్వీకారఫల మొసంగి కృతార్థురాలను చేయగలిగినది వానప్రస్థ, కుటీచక సన్యాసములలో శ్రీ సూర్యోపాసన యొక్కటియే; మరొక్కటి ఈపరిస్థితులలో ఇంతటి శక్తివంతమైనది లేదు గనుకను ఇదియే ఒక ప్రత్యేకతను గలిగి సగుణోపాసనలలో, శ్రేష్ఠతగల నిర్గుణ పరబ్రహ్మోపాసన ఫలముయియ్యగలదని తెలుసుకొని ముముక్షువు

* ఈ వ్రతములు “వ్రత చూడామణి” “హేమాద్రివ్రతఖండము” లను పుస్తకములందు మూలమున్ను చూడవలెను. అందు నిఘానార్క-సూర్య వారవ్రతసంకల్పము 298 పేజీ చూచేది.

లైన ప్రీతిన్ని పురుషులతోపాటు ఈ యుపాసన * చేసి అతి సులభముగ జన్మ సార్థకత కలిగించు ఉత్తమాశ్రమ ఫలమును పొందుదురని ఆశించుచున్నాము.

ఓం తత్సత్.



* ఈ సూర్య హంసోపాసనవిధానము ఈ గ్రంథమున ముందు అధ్యాయములో వివరింపబడినది, కుటీచకములో సంచారమవసరములేదు, గనుక ప్రీతిగా ఈ ఆశ్రమము తీసుకొనవచ్చును. భర్తతోపాటుగాగాని, భర్త అనుజ్ఞతో నొకర్తుకగగాని, లేక భర్తృవియోగమైన ప్రీతి తనకు తానేగాని వానప్రస్థ. సన్యాసాశ్రమములను స్వీకరించి సూర్యహంసోపాసన అధ్యాయములో చెప్పినట్లు సూర్యహంసోపాసనవల్ల తగు ఫలమును పొందగలుగును.

5 అధ్యాయము

శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తివిగ్రహ (ప్రతీక) స్వరూపనిర్ణయము.

శ్లో. “నమోధర్మ విధానాయ, నమస్తే కృతసాక్షిణే ।

నమః ప్రత్యక్షదేవాయ, భాస్కరాయ నమోన్నమః॥”

శ్లో. “రథస్యైకంచక్రం, భుజగయమితానవ్తతురగాః ।

నిరాలంబో మార్గః చరణ రహితస్సారధిరపి ।

రవిర్యాత్యేవాంతం । అనుదిన మనంతశ్చనభస్మః ।

క్రియాసిద్ధిః సత్యేభవతి మహతాంనోపకరణే॥”

భోజరాజకాలనాటి ఒక కవయిత్రి చెప్పినచాటువ.

ఇది భగవాన్ శ్రీ సూర్యస్వరూపవర్ణన.

శ్రీమన్నారాయణ నిర్గుణ పరబ్రహ్మతత్వామ్నాయుండును, వేద స్వరూపుడును. నిత్యకళ్యాణగుణాభ్యుండునగు శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తి సగుణారాధనోపయుక్తమగు సశాస్త్రీయ స్వరూప నిర్ధారణ ఏపాటియైనను చేయుట కుద్యమించు సుకర్మనాపూర్వ పుణ్యవశమున సంప్రాప్తించివదే గాని మరొకటిగాదు. ధన్యోస్మిః ధన్యోస్మిః :

ఓం “ఘృణిః సర్వకార్య సఫలీకృతాయ” నమః॥” పంచాదశాక్షరి.

ఓం ఓం ఓం

శాంతి శాంతి శాంతిః.

హరిః ఓం

శ్రీ సద్గురు పరబ్రహ్మణేనమః.

శ్రీ సూర్యారాధన అపూర్వ, అర్య, పరమేశ్వర ఏకైక ఆరాధన ఆయును వర్తమానకాలమున ఏతదారాధనకు వలయు సర్వలక్షణ సమన్వయమగు సశాస్త్రీయమైన వైదిక విజ్ఞానసమ్మత ప్రతిమగాని, ప్రతీకగాని నిర్ధాణయై యుండలేడు. పూర్వము శ్రీకృష్ణపరమాత్మ యన్నటుల ఈ భగవానుని ఆరాధనోపాసనయోగ విజ్ఞానమంతయు,

శ్లో. ఏవం పరంపరాప్రాప్తమిమం రాజర్షయో విదుః ।

సకాలేనేహ మహతాయోగో నష్టః పరంతపః" గీత 4-2.

వెనుకటి కర్మ, జ్ఞాన నిష్ఠులగు క్షత్రియులగు పరిపాలకులతోనే యంతరించి ఈ పుణ్యభూమి నెంతయు నిస్సార మొనర్చుచున్నది మరియు కాలమాం ద్యమునకు తోచు ఈసంబంధముగు పెద్దనలు శృతి, ఉపనిషత్పురాణేతిహాసా మలందు వివిధములుగ నుండి, సమన్వయింపబడకపోవుటయు ఈ దుస్థితికి మరొక కారణమనవచ్చును. వేదము మిక్కిలిగ యజ్ఞయజ్ఞనాదీర్హకర్మ కాండ, తదంత్యజ్ఞానకాండ విశృత వికాలదృక్పథములలో ఈ స్వల్ప సగుణరాధన ప్రక్రియలను విపులముగ వర్ణించలేదు గాని ఈలోటును వేద సమ్మితములగు పూణములు కొంతవరకు దిద్దితీర్చినవి. గనుకను ఈ మహామహిమానుడగు సూర్యభగవానుని స్వరూపము వేదపురాణ సమన్వయ సమచిత భావము క్తమై యుండవలెను.

మాయానిశిష్ట పరమాత్మకు జగత్కారణత్వము కల్పింపబడి సృష్టి కృత్యము సప్త సంఖ్యాకములలో జరుగుచున్న యధార్థము.

2 మం. శ్లో. "సప్తప్రాణాః ప్రభవంతి తస్మా

త్సప్తాచ్ఛిషస్సమిధస్సప్తజిహ్వః ।

సప్త ఇమేలోకాయేషు చరంతి

ప్రాణాగుహాశయాన్నిహితాస్సప్తసప్త॥"

తై త్తిరీయోపనిషత్-నారాయణప్రశ్న 12 అనువాకము 2 మంత్రము నందు వేదప్రమాణమున జూచుచున్నాము. ఈమర్యాదననుసరించి పూర్వ ఆర్వాచీన నైతిక సారస్వతమంతయు సప్తసంఖ్యను బహు ఉత్తమ స్థాయిలో వాడినది. • వేదభావములనుకూడ ఆసప్తసంఖ్య సాంఖ్యములో

శ్రీ సూర్య ప్రశంసన సప్తసంఖ్యాంశములు.

• శ్రీ సూర్యుని గురించిన స్తుతిస్తోత్రమంత్రపాఠాలలో వేదపురాణాది వైదిక ఐతిహాసిక వాఙ్మయమందు గన్నట్లు కొన్ని సప్తసంఖ్యాకములను 80 యివ్వవలచి గ్రంథవిస్తరణభీతిచే ముద్రించ విరమించితిమి.

సమకూర్చినటుల యనేక యుదాహరణలు గన్పట్టును. అటులనే ఈ సూర్యసిద్ధాంతమునంతయు పవిత్ర సప్త, సప్తసాంఖ్యములోనే ప్రతీత మొనర్చుచున్నది. గనుక మనమును సూర్యుని సప్త, సప్తికములలోనే స్తుతించుట యుత్తమము. అనగా ఆమూర్తిని గురించిన విషయములను సప్తకములుగా నెంచుటయే శ్రేష్టమని ఎంచవలెను. ఉదాహరణగా సూర్యరథము ఏకచక్ర, కాలచక్ర శబ్దములలో నుడువుటకన్న ఆ వేద మందే స్థలాంతరములలో చెప్పబడిన సప్తసంఖ్యపరముగ “సప్తచక్ర ప్రణేతారమ్” యను స్తుతి మరింత యోగ్యముగ నుండునని తలంచవలెను. అటులనే స పనామాంకితవీకాశ్వరధినం అనుటకన్న “సప్తజింహ్వా సప్తహర్యాశ్వరధినమ్” యనుట అధిక ఆనరాభిమానమగునని గమనించవలెను.

పిమ్మట, సూర్యునియందు మనవైదికవాఙ్మయము శ్రీమన్నారాయణాంశమును ప్రతిపాదించుచున్నది. ఈ మహాబ్రహ్మవింశతి శ్రీ సూర్యుని యందు * చతుర్బుజములు, గద, శంఖ, చక్రమును, పద్మద్వయ అభయ వరద హస్తములను సూచించును. ఇక పురాణోక్తమేగాక, వేదోక్త ప్రశంసకూడ [ప్రశ్నోపనిషత్తులో 1 వ॥ ప్రశ్న 11 మంత్రము చూచేది]

* అధర్వణీయ సూర్యోపనిషత్తునందు “చతుర్బుజం, పద్మద్వయాభయ వరదహస్తమ్” యని శ్రీమన్నారాయణాంశ ప్రతిపాదితముగ వర్ణించబడియున్నాడు. గాని పురాణాదులు కొన్ని “పద్మద్వయ అభయహస్తం” “పద్మదయ హస్త” మనియు వర్ణించియున్నవి. శ్రీ సూర్యభగవానునికి నారాయణాంశము ప్రాధాన్యము గనుకను ఉపనిషత్ప్రదిపాదననే అంగీకరించి చతుర్బుజములను, శంఖ చక్ర గదాదులను, పద్మమున్ను, ప్రతీతయందు ప్రవర్ణించబడినవి. “పద్మద్వయాభయ వరదహస్తము” అనుటలో పద్మద్వయ హస్తమా? పద్మహస్తమున్ను ద్వయ అభయహస్తమునా? లేక ద్వయ వరదహస్తమా? అను శంకలు గలుగుచున్నవి. చతుర్బుజములలో చక్ర, శంఖ, గదలు మూడు హస్తములను ఆవరించియుండ చూడగా ఇక పద్మమునకు, అభయమునకు, వరదాత్మకమునకు

మిగిలినది ఒక్కహస్తమేగదా. గనుక ద్వయహస్తములందు పద్మము లుండుట సంభవము. అభయముగాని, వరదముగాని. పద్మమును అప ర్దుటకు గదయున్న హస్తమును సహకరించుకని వీటిని అమర్చవలెను. గనుకను గదగల హస్తమందు పద్మమును, వరదమున్న చూపి, అభ యము దక్షిణ హస్తమున నిర్మింపబడి యున్నది. మరియు ఘనచిత్రక రుడు శ్రీ రాజారవివర్జగారు సృజించిన శ్రీ మన్నారాయణుని లేఖన మందు ఒక్కహస్తమే పద్మహస్తముగా చూపబడి, పద్మ మొక చిహ్న ముగా ఆ హంశయందు భానింపబడినదగుచున్నది. మిగిలినహస్తత్రయము శంఖ, చక్ర, గదాయుతములై యుంటచే పద్మమున్న ఒక్కహస్తమున ప్రతీతి యగుచున్నది. మరియు పద్మద్వయము చూపినచో అభయమున్నూ, వరదమున్ను సుస్పష్టముగ నుండుటకు వీలుగలుగదు. గనుకను ఇయ్యది శాస్త్రీయమే. గాని అభయహస్తమందు మరొక పద్మమును చూపకూడదా యనవచ్చును? అటులుండుట సమంజసముగాదు. శ్రీనారాయణాంశమండు పద్మము ఏ చిహ్నస్ఫూర్తియో అందుకుగాను అది చిహ్నముగ లిఖితమగును గాని పద్మములు పెక్కు లుండుట అసంగతమగును. గనుకను ఏ హస్త మునైనను ఎచ్చోటనైనను ఏకపద్మచిహ్నాంశమే యిచ్చట సశాస్త్రీయము గాని పద్మద్వయం గానేరదు. ఆ యుపనిషద్వాక్యమును హస్తర్వయమందు పద్మ, అభయ, వరదము లిమిడియుండుటను భావించుటయే సర్వచిహ్న సమ న్వయము గాగలదని తెలియవలెను. మరియు, అభయ “వరద”ములలో అభయమే శ్రేష్ఠమైనది, ముఖ్యమైనది, మోక్షప్రాప్త్యపాయకరమైనదై సర్వ ఫలాభిలషితముకాగలదు. గాన “అభయము” దక్షిణహస్తమున ప్రత్యేకముగ జూపబడినదగుచున్నది. ఇటుల శ్రీ సూర్యభగవానుని చిత్ర లేఖనము సశాస్త్రీయమై సర్వ శుభలక్షణోపేతమై యుండుట కందురుగాక!

ఇచ్చట పాఠకమహాశయులకొక విజ్ఞాపన చేయవలసియున్నది. శ్రీ సూర్యభగవానుని స్వరూప మెటుల నుండవలసినది ఎన్ని పేద, పురాణ యితీహాసాదుల వాక్యములు సమన్వయపరచినను తేలగల విష యముగాదు. ఏలనన, యంతకు పూర్వ ఆఘాయములో ఏతన్నూర్తి తత్వ

మునకు స్వరూప, గుణవిశేషాదు లొప్పవని. అతత్వము నిష్కళ. నిష్క్రియాత్మక పరమేశ్వరతత్వ సంకల్పోద్భవమని తెలుపబడినది. అట్టి జ్యోతిర్మయతత్వము మనకు అపరోక్షనుభవమగుటకు శ్రీ సూర్యభగవానుడై వెలుగుచున్నట్లు అపరావిద్యాత్మక సగుణారాధన ఉపకరణకాండ చెప్పుటలో ఈ సూర్యనారాయణమూర్తికి వేదములేమి. పురాణములేమి ఊహాగాన మిద్యాకాశములో వివిధములుగ రూప రస. గంధ, గుణ, వాహన, ఆశ్రమాది వ్యవస్థావస్థలు కల్పన చేయబడినవి. అట్టి సందర్భములో శ్రీ సూర్యభగవానుని చిత్రలేఖన విగ్రహారూపములు వివిధమై రకరక వర్ణనలకు లోనై యున్నవి ఇదిగాక యిప్పుడున్న ఆలయములలోనున్న ప్రతిమలకును ఈ కళాత్మక చిత్రలేఖనారూపములకును ఏమియు సంబంధము కనుపించుటలేదు. పిమ్మట ఆలయములలో నున్న ప్రతిమలలోనున్న ఒక దాని కొకటి సంబంధించి ఏదో ఒక శాస్త్రముననుసరించి చేయబడినవిగా కనుపించుటలేదు.

ఇక చిత్రలేఖన ప్రతీకల విషయములో శిల్ప, చిత్రలేఖన కళాకారులు, భిక్షులు వారివారి మనోధర్మమునుబట్టి సగుణములో ఈ మూర్తిని కొందరు వేదోక్తరీతిని, కొందరు పురాణోక్తరీతిని, కొందరు జ్యోతిశ్శాస్త్ర ప్రసక్తిన. మరికొందరు నక్షత్ర గ్రహతారాశాస్త్ర సాంప్రదాయము ననుసరించి వ్యక్తపరచుచున్నారు. ఈసందర్భములో మే మనేక ప్రముఖులవ్రాసిన ప్రతీకలను చూచిన అనుభవముననే వ్రాయడముగానున్నది. ఈ విషయములో ఏది ఎట్లున్నను శ్రీ సూర్యభగవానునియొక్క ఆమూర్తి నిర్గుణ పరబ్రహ్మతత్వమునకు కల్పితమైన మిథ్యామూర్తిత్వ లేఖనరూప మెట్లున్నను అవి బాధకరములు కానోవవు. ఒకరు తమ నిర్మితమైన దృశ్యము సశాస్త్రీయమైనదనినచో తదితరములు ఆశాస్త్రీయములని ధ్వనింపకూడదు. ఒకటి పూజార్హమని రెండవది కాదనకూడదు. ఎవరిది వారి కల్పిత మనోభావరంగములలో శాస్త్రీయమనియే నిర్మితమైనదేగదా. గనుక ఏ ప్రతీకయైనను ఏదోఒక శాస్త్రనిర్ణయమునకు లోనై యుండునేగాన సర్వరూపములందును అవి పూజ్యములగనే శ్రీ సూర్య

శ్రీ సూర్యునికి సప్త • చక్రాన్నితరథమున్ను. తదనుకూలుడగు అణూరుని రథిగను, ఓంకారయుతద్వజమును సమకూర్చుచున్నవి. త్రినేత్రమున్ను, ఓంకార పతాకము, సూర్య, భవిష్యత్పురాణ సమ్మతములు. శ్రీ సూర్యకిరణములోని సప్తరంగులు సప్తహార్యశ్వములుగను, భుజంగపగ్గములు, మకరకుండలాది సప్తాలంకరణములు, హిరణ్మయకాంతులు, కిరీటము,

భావనచేయబడినచో ప్రతీకభేదములలో ఏప్రతీకయందును పవిత్రత, మనత, శక్తి సామర్థ్యతలు తగ్గవని విశ్వసనీయము. దీనికి మన భారతమునగల ఏకలవ్యుడు, ద్రోణాచార్యురూపము భావించిన మట్టిప్రతిమనుంచి పొందిన విజ్ఞాన, వివేక, సామర్థ్య, సామరస్యములే తార్కాణము. గనుక మనోభావప్రభావమును మించినది మరి ఏదియును లేదు. అట్టి దృఢ మనోభావనచే సమస్త కుభములు, వరములేగాక. బ్రహ్మసాయుజ్య ప్రాప్తియు సాధ్యమని:—

శ్లో. “యే యథామాం ప్రపద్యంతే తాంస్త దైవభజామ్యహం ।

మమవర్తమాను వర్తంతే మనుష్యాః పార్థ, సర్వశః॥”

గీత 4-11

శ్రీకృష్ణపరమాత్మ వాక్యమే సాక్ష్యము. గనుకను ఎవరికివారు తమకు లభ్యమైన ప్రతీక, విగ్రహమునందే ఆ అఖండ బ్రహ్మ చైతన్య రసరాటూర్ణ్య స్వరూప, శక్తి, భక్తినే భావించి, ధ్యానించి పూజించి, సేవించి, అర్ధించి సమస్త కామ్య, అకామ్య మనోవాంఛాఫలస్థితిని చేకూర్చుకొందురుగాక యని నమ్ముచున్నాము.

• సప్త చక్రాన్నిత రథమా ఏకచక్ర రథమా? యను విషయము చూచినచో రెండును వేరసమ్మతములే. గాని చిత్రలేఖనము పరిమాణమునుబట్టి, స్థల సౌకర్యమునుబట్టి ఉపనిషత్ప్రతిపాదితముగ “ఏకచక్ర” ప్రణేతారం అను ప్రమాణముగ ఏకచక్రలేఖనమే చేయబడతగినది. అటులనే ఏకాశ్వ సప్తనామములు, సప్తాశ్వములున్ను వేదసమ్మతములే. చిత్రలేఖన సౌందర్య సౌష్ఠ్యమునకుగాను సప్తాశ్వలేఖనము చూపబడినది.

ఛత్రచామరములు. జ్యోతిశ్చక్రము [Hallow] పద్మాసనము. శ్రీ చ్ఛాయా ఉపాసమేతుడగు శ్రీ సూర్యునికి సప్తాది దేవమర్యాదలుగ సర్వస్తుతి సంస్కారహేతువులై వెలసియున్నవి.

మేము శ్రీ సూర్యస్వరూప స్తవసప్తికలలో ప్రతీకలక్ష్యమున కను వైనట్టిన్ని, శాస్త్రీయమగునట్టిన్ని విషయములను కూర్చి ఇచ్చట ప్రముఖ లలితకళాప్రజ్ఞుడును, సత్పురుషుడునగు శ్రీ కె. వెంబు అయ్యరుగారిచేత శ్రీ సూర్యనారాయణుని స్వరూపమును చామోపాసమేతముగ వ్రాయించి గ్రంథములో ప్రతీకగ ముద్రింపించి ఇందు మునుముందే ప్రదర్శించి యున్నాము.

గాన. పటమందున్న మహదైశ్వర్యసంపన్న సురద్రూపము ఈ మూర్తి కెంతయు సగుణ చిన్మమలై, శాస్త్రీయమై మహామహితాత్ములగు శ్రీ సూర్య ఉపాసన, సంకీర్తనపరులగు సుర, అనుర, భూరుర, కిన్నెర, కింపురుష, గంధర్వాది దేవతాపురుషులకును, ఆతనిని సర్వోపాయములచే ఆరాధించి, యుపాసించు సకల మానవ భక్తావతంసలకును, బ్రహ్మజిజ్ఞాసా పరులగు జ్ఞానులకును శ్రీ సూర్య దివ్య సందర్శనమై యొప్పునటు లాశీర్వ దించుటకుగాను ఆ ప్రత్యక్ష శ్రీ సూర్యభగవానునే అర్ధించుచున్నాము.

మన మారాధించు సమస్త పర, అపరావిడ్యాత్మక దేవ, దేవిమూర్తు లకన్నింటికిని “బ్రహ్మైవసన్ బ్రహ్మిష్యేతి” న్యాయమున పొందదగివ పరబ్రహ్మదిష్టానమై, ఏతదారాధన ఉపాసనలకు ప్రత్యక్ష బ్రహ్మస్వస్వరూప జీవదైతన్య లక్షణ లక్ష్మ్యైర్ధమై. సకల మనోభీష్ట, కామ్యార్థ, మోక్షాది చతు ర్విధ పురుషార్థ ఫలసిద్ధికరమై శిరసా ఉరసా మనసా వందనీయమైయొప్పి. తారక ప్రదముగవంతులుగాకయని విబుధా? కెంతయు అస్మద్విషయపూర్వక విజ్ఞాపన.

శ్రీ సూర్యభగవానుని స్మరణ.

శ్లో. “శ్రీ భానుంసురసేవితం మకర దివ్యామోదకేయూరకమ్
అర్కంశం కుభశంఖవక్ర విలసత్ హర్యశ్వతేజోరథమ్ ।

* యద్రాణి పతిసేవితం కనకమూర్తిం భక్తపూజాం గ్రహా
ణం పూర్వాద్రి సముద్భవం భజత చాయోషాపతిం స్వాస్థ్యదమ్॥”

శ్రీ చాయోషాసమేత అరుణం భజామ్యహమ్.

ఓం ఓం ఓం

త త్సత్.



* “భక్తపూజాం గ్రహాణం” అన్నచోట గృహాణం అను పాఠం
కర భేదమున్ను యుండవచ్చును.

6 వ అధ్యాయము

అపూర్వ శ్రీ సూర్యోపాసన మంత్రములు

అర్వాచీన సాంప్రదాయ దేవతలు, దివ్యపురుషులు (గంధర్వకిన్నరాదులు), ఋషులు, అవతారులు, శ్రీరామచంద్రమూర్తి, యాజ్ఞవల్క్యుడు, జాంబవద్ధనుమదాదులు, కుంతి, సుమతి, కర్ణుడు, ధర్మజుడు యిత్యాదు లాచరించిన ప్రశంస.

ధ్యానము

శ్లో. “యున్మణ్డలం సర్వగతస్య విష్ణోః । ఆత్మపరంధామ విశుద్ధసత్త్వం ।
సూక్ష్మంతరైర్యోగ పదానుగమ్యంపునాతుమాం తత్సవితుర్వరేణ్యం॥”

సవిత్సమణ్డల స్తుతి.

శ్రీ సూర్యారాధనోపాసన ప్రసక్తి అతి ప్రాచీనమైనదగుటచే ఆర్యా వర్తమున యుద్భవించిన దేవతాగణము, అవతారులు, ఋషులు, దివ్య పండిత ప్రకాండులు, భక్తులు, సజ్జనులందరును వారివారి మనోభీష్ట సిద్ధికై యవలంబించి వాటిని వేదపురాణ యితహాసాది సర్వ సద్విజ్ఞాన సంపుటిలోను పురోగమించుచుండు చతుర్దశభువనకళ్యాణార్థము వ్రాక్కుచ్చి సుస్థిరముగ నుంచిరి. వాటిని పాఠకవర్యులు తమ అగత్యతనుబట్టి పరిశీలించుకుని ప్రయోజనపర్చుకొనుటకుగాను ఈశ్వరాజ్ఞలో మాకు తెలియవచ్చి నంతటిలో గలవి యిందుదహరించుచున్నారము.

గాని, ఒక్క సందేహమున్ను రావచ్చును. ఎప్పుడో ఎవరో పుణ్య పురుషులుచేసి కృతార్థులైన ఇక్కారపు నిర్వీర్యులమయిన మనకు ప్రయోజనకరము కాగలవా? అయినను ఆ తటి మహత్తును అనుగ్రహించునా? అటుల మన మాచరించగలమా యను అల్పానుమానములు బాధించ వచ్చును. ఈ మంత్రములు, వాటి సాదృశములగు ఇతర మంత్రములు వేద విధితములును, వేదసమ్మతములైన సర్వసాత్విక శుద్ధ సత్తాత్మకము లగుటలో వాటియందు సత్యత్వము, నిత్యత్వము, వీర్యత్వము, అనుగ్రహ,

క్షమాదితత్వము విమిదియుండి వాటి ఈశ్వర విశ్వాత్మక బల, ధీర, చాతృత్వలక్షణ మెప్పుడును సాగరమధ్యమున వెడలిన తరంగ అంతర్ శక్తిమాదిరి వెల్లివిరిసి పొంగిపొరలుచు సర్వగట్టులం జేరునట్లు వాటి నేమాత్రమేని ఎట్టి స్వల్పశక్తితో మనన. ధ్యాన, ధారణచేసినను విశ్వకారక బ్రహ్మ చైతన్యాత్మకమగు మానవులనేగాక ప్రతిచరమును వాటి అఘ, అనారోగ్య, అనుక్షణ, ప్రాకృత అజ్ఞాన కర్మదశను సంస్కరించి ఉత్తమ స్థితిగతులకు తేగలుగును. వాటి బ్రహ్మ చైతన్య విచ్ఛక్తి స్వస్వరూప, స్వశక్తి, అగ్రహణత్వములో మార్పేమాత్రమును అసంభవముగనుక ఏ యుగధర్మ మెట్టిదైనను వాటి చితాగ్ని ప్రాణ, శౌర్య, శుభంకరతత్వము సత్, చిత్, ఆనంద సమ్మేళిత సదభయ, వరదాత్మకముగ పరిణామమగు చునేయుండును. ఇంతపరకును మంత్రపటిష్ఠనుగూర్చి తెలుపుటయినది. ఇక ఉపాసకుని లక్షణముకూడ విచారణీయమే! ఈ విషయము తరచిన కొద్దిని తరుగునదికాదు. ఏలనన, వ్యక్తులు భిన్నభిన్నప్రమ, ఆవరణ, విక్షేప, విషమ విషయాది నిమగ్నులు గనుకను. గనుక ఉపాసకుని పవిత్రతను, అర్హతను వర్ణించుట వ్యర్థకాలక్షేపము కానగును. ఈ విషయములు స్వల్పయోచనవల్లను స్వయంవిశితమే యగును. గనుకను ఒక్క విషయమునుమాత్రము అనగా ఎవరు స్వధర్మానుష్ఠానపరులో, ఎవరు అసహన, అన్యత, అప్రేయ, అసభ్య, అప్రమ. ఈర్ష్యహింసాది హీనమానస తత్వమునకు దూరలో, ఎవరువ్యభిచార. ధూమపాన, మధుమాంస, కుక్కుటాద్యంధిసేవనముచేయరో అట్టి సన్మార్గ మితాహారవిహారనిద్రాపరులు, సత్స్వభావ, సుసంధాసణ, సదా సహజ ఆనంద శుభేచ్ఛా సునిష్ఠాపరులో వారికిని అట్టి సాదృశులేరికైనను సన్మంత్రములెప్పుడును శీఘ్ర, శుభ, సఫల ప్రదములనియే అత్యోక్తి. గనుకను ఎవరు తాము సన్మార్గావలంబకులై ఏతస్మాత్ పాసనకు కడంగువార లెప్పుడు మంత్రసిద్ధిని పొందు తునుమానించ కూడదు.

ఈ సూర్యోపాసన మంత్రములు మూడువిధములుగా నున్నవి.

(i) శ్రీసూర్యార్ఘ్య మంత్రములు, (ii) శ్రీ సూర్య సమస్కార మంత్రములు.

(iii) శ్రీసూర్య జప. ఉపాసనామంత్రములు. మొదటివాటిని సూర్యారాధనచేయు నప్పుడు పఠించుదురు. రెండవవాటిని సూర్యనమస్కారములుగాని, ఆసనములు వేయునప్పుడుగాని ఉపయోగించుదురు. (iii) మూడవవాటిని కామ్యార్థములపొందికకుగాని, లేక ముక్తిప్రదమునకుగాని జపింతురు: ఈమంత్రములు తపశ్చర్యలో ప్రయోజనకరములు. ఇప్పుడు ఈ అధ్యాయములో మూడవ శ్రేణికి చెంది పూర్వపురుషుల అనుభవసిద్ధిని చూపించుటకుగాను యిందివ్వబడినవి.

గాని యిప్పటికిని ఆయా పూర్వానుభవములప్రాప్తి నుత్సహించు నెడల ఆ మంత్రములనే యుపాసించవలసియుండునని తెలియవలెను. ఈ ఉపాసనామంత్రములు అక్షరసంఖ్యభేదముతో వివిధములగు నున్నవి. ప్రస్తుతకాలములో నవిత్పత్తిపాదగాయత్రియును శ్రీ సౌర అష్టాక్షరీ మహామంత్రములురెండే ఉపాసనకు వాడుకలో నున్నట్లు కనబడుచున్నవి. ఇవి గాక శ్రీ సూర్యగ్రహజపమునకుగాను వేరుగా నవగ్రహ జపమంత్రములలో కొన్నిగలవు. ఈ నవగ్రహ జపమంత్రములు, నవగ్రహ జపారాధనచక్రములు, నవగ్రహ అష్టోత్తరతనామములు వేరు గ్రంథరూపముగా ప్రచారములో నున్నవి చూడవచ్చును.

ఈ దిగువ నివ్వబడిన శ్రీ సూర్యోపాసన మంత్రములను వాటి అక్షర సంఖ్యనీమమునుబట్టి బీజాక్షరములతో అనుకరణచేసి వాటి ఆద్యంతములందు వలయుచోట శ్రీకారమును అనగా శ్రీ, శ్రీం, శ్రీః, అను వాటిలో నొకదానినిజేర్చి కుభప్రదమును. శీఘ్రఫలదమును, సర్వ సంరక్షకముగను, ముక్తిదముగను నుండునట్లు నివ్వబడినవి ఇయ్యవి ఉపాసకుని కామ్యార్థమునోభిష్టసిద్ధికేగాక, వాటి అవలంబనచే బ్రహ్మజ్ఞానప్రాప్తియును కలిగి, ఏతద్జ్ఞానగ్రాహ్యనుభవములచే జీవస్మృక్తియును, దేహపతనంతరమున శాశ్వతబ్రహ్మలోక నివాసప్రాప్తియును లభించి పిమ్మట క్రమముక్తిని ప్రసాదించగలుగునని విశ్వసించి వాటిని వారివారి యనుభవసిద్ధికై నిరాలంకముగ, నిస్సందేహముగ, నిర్భయముగ నుపయోగించుకొందురని విశ్వసించుచున్నాము.

శ్రీసూర్య ఉపాసనా మంత్రములు

శ్రీ సవితృ త్రిపదాగాయత్రి మంత్రము:—

ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం । భర్గో దేవశ్య
ధీమహి । ధియోయోనఃప్రచోదయాత్ ॥

ఈ మంత్రమును బ్రహ్మగాయత్రి మంత్రమనియు పిలుతురు. ఇది వేదములో కర్మకాండకు సంబంధించిన ఋక్కులనుండి “సవిత” బ్రహ్మచైతన్యసరముగ విశ్వామిత్ర మునిపుంగవునిచే ద్రష్టతచేయబడిన మంత్రరాజము. ఇయ్యది చతుర్వింశతి యక్షరములు గలిగిన త్రిపాదముగ ఋగ్ యజుసామములనుండి కూర్చబడి కేవల అహోఘనాశకిరప్రయోగకరమై ముక్తిదమై బ్రహ్మచర్య, గృహస్థాశ్రమములలో సూర్యోపస్థాన అర్చ్యాదికములకు వలయు ప్రధానమంత్రముగ నున్నది. ఇయ్యది గాయత్రి దేవతాస్వరూపిణిగగూడ శక్త్యాత్మకముగ ఉపాసింపబడుచున్నది.

ఈ మంత్రము సంధ్యావందనమునకు హృదయస్థానమై ఆదిత్యమండలాంతర్గతమై “భర్గవై” వెలుగుచున్న బ్రహ్మచైతన్య అహోఘనాశకశక్తిసమర్థమై, ప్రథమ ద్వితీయాశ్రమీయులకు బ్రహ్మజ్ఞాన జిజ్ఞాసాప్రాప్త్యుపకరణమైయును, “ఆదిత్యధ్యానేన సకలంభద్రమితి. పూర్ణ సుఖ త్మకోమోక్షః స్ఫూయతే” అను న్యాయ్యమున తృతీయ, తురీయాశ్రమమున మోక్షప్రాప్తిసాధనమునై బరగుసుప్రసిద్ధమంత్రరాజమనితెలియవలెను.

శ్రీ సౌర అష్టాక్షరీ మహామంత్రము:—

[2] “ఓం ఘృణీః సూర్యః ఆదిత్యోమ్.” ఇది శ్రీ సూర్యోపనిషత్తునందుపక్రమించబడినది.

“సౌరమహామంత్రము”లను గ్రంథమందు ఈ మంత్రము విద్యారణ్యస్వామి భాష్యముతో ముక్తిసాధనమంత్రముగ జెప్పబడినది. ఘృణీఃరేఘన్యమాపకత్వేనబిందోసచ్చిదానంద మాఃకత్వేన బ్రహ్మార్థకత్విమ్॥ ఆదిత్యః—ఆ — ఆకారస్యమోక్షయిత్కర్షమ్॥ త్య-దేహాదీనిసంబంధత్యజత్వం-వైరాగ్య భావః ఇతి. ది-దీపకత్వే ప్రకాశత్వే

ప్రాణత్వాత్ జీవత్వ కారణత్వాత్ “మోక్ష రూపామృత ప్రాపక నిరతిశయాత్మక బ్రహ్మవాస్త్వేతి ప్రతిపాద్యతే॥

ముముక్షువులకు వైవిధమున ఏకైకాగ్రచిత్తోపాసనచే ముక్తికారక మగును. మరియు ఈ మంత్రమును అష్టాక్షరిగ ఆరోగ్య మర్ధించుటకుసూర్యనియందుపాసించుచున్నారు.

[3] “ఓం హ్రీం పృణీః సూర్యఆదిత్య శ్రీః” నమః ఈ మంత్రము దశాక్షరి. ఉత్తరదేశములో ప్రచారమునగల “మంత్రమహార్ణవము” ను గ్రంథమునందున్నది. ఈ పౌత్రము 1880-90 సంవత్సరాలలో బొంబాయినగరమందు శ్రీ వెంకటేశ్వర స్టీమ్ప్రెస్సులోముద్రితము. ఇది అగస్త్యప్రోక్తముగా చెప్పబడినది. ఇది మనోభీష్టసిద్ధికై ఉపాసకునికిమహా త్తరశ క్తినిచ్చును. శ్రీరామచంద్రునివలెమనమును దీనినుపాసించి కష్టమైన కామ్యార్థముల సాధించవచ్చును.

[4] ఓం “ఋం ఖోల్గాయనమః” ఇది షడాక్షరీ మంత్రము. ఈమంత్ర మును ఓం శ్రీం రాం యిత్యాది బీజాక్షరములతో చేర్చి అష్టాక్షరిగా ఉపాసించవచ్చును. ఇది మనదేశమున మార్వారీలు, గుజరాతీలవల్లఉపదేశింపబడుచుండవచ్చును. ఇది హిందీలోనున్నది గావునవారిలోప్రచారముగ నున్నది.

[5] ఓం “హ్రం. హ్రీం సఃసూర్యాయ” నమః ఇది షడాక్షరీ మంత్రముగ మహాపద్మపురాణమందివ్యబడినది. దీనిని ముముక్షువులు శ్రీరామ షడాక్షరివలె హంసవిధానమున జపించవచ్చును. ఇది వ్యాస ప్రోక్తము. నమఃతోచేర్చి అష్టాక్షరిగా జపించవచ్చును.

[6] ఓం “ఆగ్నిర్భృతి రహశుక్లం” నమః ఇదియును వ్యాసప్రోక్తమగు సూర్య అష్టాక్షరీమంత్రం. ఈ మంత్రం శ్రీ భగవద్గీత 8 ఆ-24 శ్లోకము ప్రథమపాదమునుండి తీసుకొనబడినది. బ్రహ్మవిదులైన వారు చేరు సద్గతి బ్రహ్మలోక గమ్యమును సూచించుచున్నది. గీతయందు దీని వ్యాఖ్యానమును అధ్యక్షిరోపనిషత్తు 5 ఖండం 7 మంత్రములో యివ్వబడిన “శుక్లం” పదముయొక్క వ్యాస

సముతో సమన్వయించుకున్నచో బ్రహ్మజ్ఞాన జిజ్ఞాసాపరులగు బ్రహ్మవిదులు చేరు బ్రహ్మలోకగతిని చూపించుచున్నది. ఇందు అగ్ని, జ్యోతి, ఆహాః, పదములు సూర్యపరముగా ధ్వనించును. ఈపదముల మంత్ర గర్భోపాసనయొక్క ఫలనిర్ణయమును “శుక్లం” అను భాగము సృష్టికరించు మంత్రమునకు శక్తివీజముగా ఉపకరించుచున్నది. దీనినిసర్వులు రోజుకు 1008 జపం దక్షిణాయ మునశ్రీసూర్యకృపతై ఉపాశించి ప్రార్థించుచో ఎంతటి అస్పృశ్యతకలిగి నను మృత్యువు సంభవించక ఉత్తరాయణమువరుకు నిరీక్షణ జరుగ గలదు. ఈ మంత్రము కేవల పరమాత్మస్వరూపముగు శ్రీకృష్ణ భగవానుడు దక్షిణాయణంలో అంపశయ్యపై భీష్ముని కుపదేశించి యుండెను. ఇట్లే కర్ణుడును శ్రీ సూర్యునుపాస్తిచేసి సూర్యునిలో తీసమైనట్లు కర్ణచరిత్రముచూచినచో తెలియగలదు.

- [7] ఓం “అభిత్వాకూనోనుమః” ఇయ్యది అష్టాక్షరీ సర్వదేవతా వసీ కరమంత్రమగుటలో సూర్యోపాసనకును అనుకరించు మహామం త్రమై యున్నది.

ఇది దూర్వాసమహాముని ప్రోక్తమై స్వయముగ కుంతిదేవి కుపదేశింప బడినది. ఇది అష్టాక్షరీ మహామంత్రము, అధర్వశిరోపనిషత్ప్రతిపాదితము, పంచమఖండమందు ఓంకార శబ్ద పర్యాయపద అర్ధనిర్ణయముక్రింద నివ మంత్రమయొక్క “ఈశాన శబ్ద నిర్వచనము, వ్యాఖ్యానములో నున్నది. ఈ గ్రంథ పాఠకమహాశయులు లభ్యమగుచో దేవరాజసుధీ వ్రాసిన “కర్ణుడు” యను పుస్తకమును చూడనగును.

- [8] ఓం “పుణిః సర్వయత్న సఫలీకృతాయ” నమః ఇది “గర్భము”న ద్వాదశాక్షరీ మహామంత్రము. ఏ ప్రయత్నార్థమునను చేసి ఫల మును పొందనగును.

- [9] ఓం “సూర్యుని మరువను” ఇది గర్భమున సప్తాక్షరీ మహామం త్రము. ఈ రెండుమంత్రములు మా అనుభవజ్ఞానములో సిద్ధమం త్రములై పుగినవి. ఈ గ్రంథము మొదలిది వ్రాయు ఆరంభ

కాలములో ఒక పురుషుడు (ఈ గ్రామములో) పదేశ్యనుంచి సంసారమునకు దూరమైపోయి, జీవనము కోల్పోయి భ్రష్టుడై, ఏమీ తోచక పైగుడ్డతో దేశాంతరము పోవుచు దారిలో ఎర్రని ఎండలో మేము ఎచ్చటినుంచో వస్తుండగా రోడ్డుదుమ్ములో సాగి లపడి మా పాదములను కబళించినాడు. మేము పడేబింటై బల వంతముగా లేచి దీని ప్రశ్నించగా ఏదైనా ఒక్క వాక్కు చెప్పండి వెళ్ళిపోతున్నానని కన్నీరుకార్చినాడు. ఏమి తోచకను ఆ మధ్యాహ్నపు సూర్యనిచూస్తూ అగ్రదర్శియును త్యాగబ్రహ్మము నుడివినవాక్కును మంత్రముగా “ఓం సూర్యని మరువను” అనుకుంటు పొమ్మని చెప్పి సంపించాము. ఇదిచూస్తే సూర్య సప్తాక్షరియైనదగుట కని పెట్టి మేమున్ను ఆ సూర్యనిమంత్రమున ఫలీకృతమగుగాక యని అర్థించినాము. అతను దానిని మహామంత్రముగ ఎంచుకుని ప్రగాఢ విశ్వాస దీక్షతో ప్రత్యహము నిరవధికముగ జపించుచు రయిలు టిక్కెట్టు లేకున్నను ఎవరివల్ల ఏ పరాభవముగాని, బాధగాని పొందకను కలకత్తామీదుగకాశి, గయ వెళ్ళి, నాసిక్ మీదుగా తిరిగి మహా నదీస్నానములు, మహాక్షేత్ర దర్శనములు చేసుకుని ఈ గ్రామము చేరు కున్నాడు. మమ్ముల కలుసుకుని ఇది విశదపర్చగా ఆశ్చర్యమై, ఆ మంత్రమునే జపించినచో నీ సంసారమున్ను ఘరల పొసగి సుఖింతువని యంటిమి. మధూర జీవనముతో శివాలయములో ఉదయ సాయం సమయములలో అష్టోత్తరముచొప్పున జపించుచురాగా అతనికి ఒక మార్వాడి హాచయలు 50 రూ॥ వేతనమున ఉద్యోగమిచ్చుట, నిర్మిమిత్రముగ అతని మామ వెతికి పట్టుకుని అతని భార్యను ఇద్దరు పిల్లలను దింపి వెళ్ళిపోవుట జరిగి ఆ పురుషుడు మరల గృహస్థై సుఖించుచు శ్రీ సూర్యభగవానుని మరుపలేదని మాకు కనబడినప్పుడెల్లను చెప్పుకని నమస్కరించుకొనును! ఏదవమంత్రసమాచారమున్ను అట్టిదే. ఒక కంపెనీలో ఒక ఉద్యోగి నౌకరీ రెండుమూడురోజులలో పోవునని దిగులుచెందెను! ఏమీ తోచకను అప్పు డప్పుడే ఆ మంత్రమును చీటి వ్రాసి అనుష్ఠించుటకు ఒకవిధియిచ్చియుం

డగా ఇప్పటికా అపాయము తొలగినదని సుఖించుచున్నాడు. ఇవి మా కన్నులారచూచిన విషయములు. గనుక పాఠకమహాశయులు ఇందుగల ఒక్క మహత్తిర సూచన గ్రహించి ప్రత్యక్షస్వరూపబ్రహ్మను చూస్తే, అప్పుడేదేవుని వహిమను, శక్తిని ఆరాధించి సఫల మనోరథులుకాగలుగుదురని విశ్వశించుచున్నాము. “మాటలే మడిమంత్రము”లన్న ఆర్యోక్తిని బట్టి ఉపాసకుని ఆర్తియొక్క తపోయజ్ఞము, జపయజ్ఞము

* శ్లో. చతుర్విధాభంజంతే మాంజనాసుకృతిన్¹ ౭ర్జనః.

ఆర్తోజ్ఞాసురద్ధార్థోజ్ఞానీచ భరతర్షభః” గీత 7-16

పై భగవద్వాక్యప్రమాణముచే సద్యస్కాలముననే భగవతార్పితమై, పలదమగునట్లు అనుగ్రహించగలుగునని తెలుసుకొనవలెను.

ఈ సందర్భములో మాండవ్యశాపమును నిర్దేశించగలిగిన “సుమతి” యను పతివ్రత చేసిన సూర్యోదయ ప్రతిఫలన, ప్రతిజ్ఞను తెలుసుకొన్నయడల పూర్వకాలము ఒక్క మనోమయదారుఢ్యముననే ఎట్టి మహత్కార్యములు సలిపిరో తెలియవలెను. గనుకను దృఢమనస్సంకల్పముచే ఆ సూర్యభగవానుని ఏ మంత్రమున ఏకార్యమునకైనను జపించివదో కృతార్థులగుట నిశ్చయము.

[10] “ఓం రాం హ్రీం ఘ్రజీః సూర్యాదిత్య శ్రీం నమః” లేక “ఓం రాం హ్రీం శ్రీం ఘ్రజీః సూర్యాదిత్యోన్నమః”

అనియును ఉపాసించవచ్చును. ఈమంత్రము బీజాక్షరములు ఓం రాం హ్రీం శ్రీం తోద్వాదశాక్షరీమహామంత్రము. ఈమంత్రమువాన ప్రస్తావనములో సావకాశముగా అనుష్ఠింపదగినది. ఈమంత్రముచాలశక్తివంతమైనది ఇందు ఓంకారము బ్రహ్మాత్మకము (తైత్తిర్యోపనిషత్తు శిష్యవల్లి, 8 ఆను) రాం-ఇందు ర్ కారము ఆకారము ం బిందువుతో చేర్చబడి సూర్యచిహ్నాన్ని బీజమై ఉపాసకుని మనో, వాక్కాయములందు జ్ఞీంచియున్న అణమలములను, అఘములను, అశ్లేల

* ఈ శ్లోకమును గీత 4-ఆ 24 శ్లో, 6-36 శ్లోకములతో అన్వయముచేసిన సమంజసము.

అశౌచములను సడలించి శుద్ధిసంస్కారము కలుగజేయును. ఆది శంకర భగవత్పాదులవారి శ్రీరామకర్ణామృతమందు,

శ్లో. “రాశద్ధోచ్చారణమాత్రేణ ముఖాన్నిర్యాంతి పాతకాః।

పునః ప్రవేశభీత్యాచమకారస్తుకవాటవత్॥”

యని ఈ అగ్నిబీజసంస్కారోపయోగముచక్కగ చెప్పియున్నారు. ఈ బ్రహ్మగ్ని ఉపాసకుని ప్రయత్న అప్రయత్న ప్రస్తుత, పూర్వ కృత, మత, కుల భ్రష్ట, దేవ, దేశ, స్వామి, గురుద్రోహ, జంతు పశు పక్షి క్రిమి కీటక, వర హింస, పరధన, పరాన్న, పరగ్రంథ, పరకాంతాపహరణ, జూద, జార, చోర, మధుమత్తు, ధూమపానము, పరనింద, పరాపవాదగ్రస్తత, అశౌచ, అన్యత, అస్తేయ, అసత్య, అసభ్య, ఆక్రమాద్యనేక రారవాదిహేతువగు ఆశాపాశ, మమకార, తృష్ణాద్యనేకరకంబులగు మహాపాతకోపపాతక భంజనమొనర్చి ఆతనిని నిష్పాపిగ, శుద్ధునిగ క్షణక్షణ ప్రాకృత కర్మజ్ఞాన మొనర్చుచు, నిత్య నిర్వికార పవిత్రత నిచ్చుచుండును.

సాధారణముగా రకారము అగ్నిబీజమని వాడుక. ఆ బీజము దాహకరమని ఎంచుదురు. గాని. అంతమాత్రముననే దానికి ఇతర శక్తులు లేవని గాదు. రకారము యితరాక్షరసంపుటిలో దాని దాహకశక్తి వదలిపోయి సర్వసాత్వికసరసరసాత్మకముగ పనిచేయుచున్నది రకారములో రేఫ అగ్ని రేణువు + పరమాత్మసాత్వికతత్వ బీజములు (గీత 10-33) అ, ఆ, యచేరి నప్పుడు ర, రా యగుచు దాని బీజస్వభావము కొంత పరివర్తన చెందును, ర + మ్ (ం) రా + మ్ రమ్, రామ్ (రం. రాం) అగును. రమ్, రామ్-క్రీడాయాం అనిధాత్వర్థకము దీనినుండియే రామశబ్దము ఏర్పడినది. రఘు, రామ్-క్రీడాయాంధాత్వర్థకత్వముగా మృత్యుంజయ. సర్వవ్యాపక. ఆనందాత్మక, ఆకర్షణతత్వములను అనుభూతమొనర్చుకొనును. అటులనే రేఫ ఇతరాక్షరసంపుటితో తన దాహకశక్తిని కోల్పోయి సంపుటశబ్దశక్తి లక్షణములను ఆవహించుకొనును. శ్రీకారములో రేఫ శుభదము, సంసక్తరము, సౌఖ్యమును అగుచున్నది. ర. రా కారములు స్థలాంతర ప్రయోగాంతరములతో అగ్నిబీజములుగను, శుభదములుగనుకూడా పనిచేయును.

శ్రీరామ అష్టాక్షరీమంత్రములో “ఓం శ్రీం రాం రామాయనమః” యొక్క శ్రీలదగ్గరనుంచి ఉపదేశితులగుచున్నారు. “శ్రీం రాం రామాయనమః” యొక్క శ్రీరామయంత్రమునకు మధ్య-బిందు, మంత్రములో బీజముగానున్నది. ఈ యంత్రమంత్రములు సర్వసాత్వికములు, సర్వశుభదములు.

మరియు వాల్మీకిమహాముని శ్రీరామనిగూర్చి 32 సుగుణములు వర్ణించెప్పుడు :

శ్లో. “ఇక్ష్వేకు వంశస్రభవో రామోనామజినై శ్రుతః ।

నియతాత్మా మహావీర్యోద్యుతిమాన్, ధృతిమాన్, వశః॥”

* ఈ గుణములు ఇక్ష్వేకు వంశప్రభావమువల్లను రామనామమువల్లను అభిసవనినారు. గనుక “రామ”నామహృదయములోగల రామ్. రామ్ లిం రాం బీజములకు ఉమాశ్వా త, శరణ, కరుణాదినత్—సాత్వికశక్తి సమారంభ మగు సర్వ శుభ సుఖ, శోభాయమాన, ఆనందాత్మకమగు సువాక్ ప్రసాద కరశక్తి. మహాత్ము లివిడియున్నవని తెలియవలెను. మరియు ఈ రామ్—రాం బీజము శ్రీంతో గూడియున్నదనుటకూడ సర్వశంకారహిత శుభంకరముని విశ్వసనీయమైయున్నది.

ప్రాంకారము శ్రీ సూర్యమంత్రాత్మక షడంగబీజమై ఉపాసకునికి తాను చేయబోవు మహామంత్రముయొక్క పటుతర ఆవాహన, అవేశ, దేహాంగరక్షక, ఆకర్షణాది శక్తిపాతహేతువై మంత్రగర్భ సూర్యదేవ హృదయానుగ్రహ శీఘ్రప్రాప్తమునకు* దారితీయుచుండును. నమః అను ద్వ్యక్షరములు ఈ మంత్రోపాసన కృత్యమును సర్వమును—శ్రీ సూర్యాయస్వాహా, శ్రీ సూర్యాయఇదన్నమమ. ఇత్యాది అర్పణ (హోమఫల

* ఈ సందర్భములలో శ్రీ త్యాగయ్యగారి కృతులలో

[1] “రమించువారెవరురా—రఘూత్తమా నినువినాః”

[2] “లక్షణములుగల రామునికి

బ్రదక్షిణ మొసరింతమురారే॥”

యను కృతులను. వాటి వ్యాఖ్యను (కల్లూరి వీరభద్రశాస్త్రిగారు వ్రాసినది) చూచుటకు ప్రోత్సహించుచున్నాము.

సాదృశమైన) తత్వమును ప్రేరేపించుచు ఎప్పటికప్పుడు విశుద్ధ పూర్ణాంతఃకరణమగు శ్రీ భాస్కరబ్రహ్మ హృదయాంతర్యగ్నియందు

శ్లో. బ్రహ్మార్పణం బ్రహ్మహవిర్బ్రహ్మగ్నో బ్రహ్మజాహుతమ్,
బ్రహ్మైవ తేన గంతవ్యం బ్రహ్మకర్మ సమాధినా.”

గీత 4-24 శ్లో.

నిష్కలృష. నిష్కామ. నిష్క్రియాత్మకహవిస్సుగా అర్పణచేయు కృత్యములో సవికల్పక అంతర్ వశ్యంతిసుజ్ఞాన కోశాత్మక సమాధ్యవస్థననుగ్రహించుటకు సమర్థములు. శ్రీంకారము ఏతత్సర్వ అనుష్ఠానమును శీఘ్ర సులభ. శుభద మొనర్చుటయేగాక శ్రీంకారమందుగల శకారము స్థూల దేహాత్మకమై రకారము సూక్ష్మదేహమై, ఈకారము లింగదేహాత్మకమై ఉపాసకుని ప్రాకృత తనుత్త్విమునుంచి యిడుచు బ్రహ్మగ్నియందు వ్యష్టి, సమిష్టిలయానుభూత తురీయసిద్ధిని ప్రసాదించును. ఇయ్యది పరిపూర్ణ నిర్విశేషబ్రహ్మత్వకమైన మంత్రమును, సర్వాభీష్టసిద్ధిదమును. సులభము క్తిప్రదమునగు ఏకైకమంత్రము. ఇట్టి బ్రహ్మత్వక సాదృశ ద్వాదశాక్షరి మహామంత్రమునే “ఓం నమో భగవతే వాసుదేవాయ” యను దానిని నారదోపదిష్టుడై పసికందగు ధృవుడుపాసించి కృతార్థదయ్యెను కదా! ఏతన్మంత్రము పసిబాలుడగు ధృవిని స్వరోచ్చారణదోషమునుంచిన్ని సర్వశ్రద్ధానీమాదులలోపమునుండిన్ని కాపాడుచునుకూడ యాతని శ్రేయః కామ్యములందు తీర్థుని చేయగలిగినది. మరియు ఈ సూర్య దశాక్షరిమంత్రము అవసరమైనచో ఉత్కటమైన ఆపత్కాల. మహోషధ్రవ ఆర్తిసమయములందును ఒక తీవ్ర మనోభీష్టసిద్ధికిని యిటు గృహస్థులకును, అటు వానప్రస్థులకును, ముఖ్యముగ ఉపాసించవగినదై తుదిన సకల సౌఖ్యకరంబును మహాలక్ష్మీప్రదంబును, సర్వవంగళకరమును జ్ఞానప్రదంబును, సంకల్ప శీఘ్ర సులభసాధ్యఫలదంబునగు మహామంత్రమని తెలియపరెను.

(11) “ఓం నమో భగవతే శ్రీ సూర్యాయ అక్షితేజసేనమః”

అష్టాదశాక్షరిమంత్రము-అక్ష్యపనిషద్రోక్తము.

ఉపాసకులు దీనినే చిన్నవిగాఁ (పిల్లలు-నిరక్షరులుచేయవచ్చును)

(1) ఓం “నమో భవగతే సూర్యాక్షితేజసే” నమః” ద్వాదశాక్షరి.

(2) “ఓం నమోభగవత్స్త్రి సూర్యాక్షితేజసేనమః” పంచాదశాక్షరి.

పెద్దవారు అష్టాదశాక్షరి చేయుట మంచిది శూద్రులుగాని పిల్లలుగాని కన్ను జబ్బులకు ద్వాదశాక్షరిగాని, పంచాదశాక్షరిగాని చేయవచ్చును.

ఈ మంత్రమును నేత్రరోగులు ఉచితరీతిని ఉపాసన చేయతగును. ఈ మంత్రోపాసకులు ఈ మంత్రమును 81 మందికి ఉపదేశమిచ్చినచో తమవంశమున అంధత్వముగాని, నేత్రరోగములుగాని కొన్ని తరము వరకు రానేరవని అక్షృతపనిషత్ప్రమాణము.

(12) ఓం “సద్యోజాతవామదేవ అఘోర తత్పురుషాయ

ఈశాన సర్వదేవాయ” నమః

లేక

ఓం “సద్యోజాతవామదేవ అఘోరతత్పురుషాయ

ఈశాన సూర్యదేవాయ” నమః

యను పంచబ్రహ్మత్మక ద్వివిధమంత్రమును ఓం, నమః యను అనుకరణలతో వేదమంత్రముగ వ్రాయబడినది. ఈ మంత్రము మహేశ్వరునిచే సర్వ సగుణ శక్తుల విజృంభణ ప్రబోధకరముగ మహాబుష్టికాకలుని ఉపదేశింపబడినది. ఇది యాజుషీయ పంచబ్రహ్మపనిషత్తునందు సకల వివరములతో —

శ్లో. “బ్రహ్మది పంచబ్రహ్మణోయత్ర విశాంతిమాప్నుయః ।

తదఖండ సుఖాకారం రామచంద్ర పదంభవే॥”

ప్రార్థనతో “ఓం సహనావవత్స్వితి” శాంతివచనముతో అష్టోత్తరశతోపనిషత్తులందు వ్రాయబడినది. ఇందు మహేశ్వరుడు ఒక్కొక్క నామమును ఒక్కొక్క మంత్రముగ ఒక్కొక్క శీర్షమునుండి స్వరము, వర్ణము శక్తి ఫలములతో వివరణచేసియున్నాడు. అందు కొన్నింటిని ఈ దిగువ చూపినాము:—

- | | బ్రహ్మమంత్రము | వేదము | శక్తి | ఫలము |
|-----|---------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| [1] | సద్యోజాతము | ఋగ్వేదము | క్రియాశక్తి | సర్వాభీష్ట ఫలప్రదం. |
| [2] | అఘోరము | యజుర్వేదము | క్రియా 1) సర్వఅఘోఘనాశనం. 2) యిచ్ఛాశక్తులు 2) సర్వదుష్ట ప్రశమనము. 3) " ఐశ్వర్యప్రదము. | |
| [3] | వామదేవము | సామవేదము | 1) జ్ఞానశక్తి 1) సర్వసౌభాగ్యప్రదము. 2) సంహారశక్తి 2) కర్మఫలప్రదము. | |
| [4] | తత్పురుషాయ | అధర్వవేదము | సర్వశక్తివృత్ 1) చిచ్ఛుము. 2) కామదానసర్వాధిష్ఠిభంజనము | |

3) తురీయఫలము

- [5] ఈశానము సర్వజ్ఞ-జ్ఞానము. సృష్టి, స్థితి, లయ వ్యష్టి. సిమ్మిష్టి శక్తులు
1) విద్యాప్రేరకము
2) సర్వఫలప్రదము

[అన్నింటి సంపుటి]

ఈ సర్వ శుభప్రదమును సర్వ శక్తిమంతమును ఈశ్వరసాయుజ్య ఫలమును యివ్వగలట్టి మంత్రము ఎచ్చట అనుష్ఠేయమగునో అచ్చట అఖండ సుఖాకరంబగునని ప్రమాణపదన మివ్వంబడియున్నది.

మరియు ఈ మంత్రమం దింకొక విశేషముకూడ కన్పట్టుచున్నది. ఈ మంత్రమునే ఒకప్పుడు శ్రీ పరమేశ్వరుడు కౌశిక, కాశ్యప, భరద్వాజ, అత్రి, గౌతములకు [మహాఋషులు] అయిదు నామములుగ ఉపదేశించె ననియు, అక్కారణముచేతనే మహేశ్వరుడు పంచముఖబ్రహ్మముగ కూడ తెలియబడుచున్నాడని తెలియుచున్నది. ఆ యుపదేశమున మంత్ర ముయొక్క రూపము, ఏ ముఖమునుండి వెలివినది, ఆ మంత్రముయొక్క సిద్ధి కలలు తెలుపబడినవి:—

- | | బ్రహ్మమంత్రము | రూపము | ముఖము | సిద్ధి—కలలు |
|-----|---------------|-----------|-----------|-------------------------------------------------------------|
| [1] | సద్యోజాతము | నకారరూపము | పశ్చిమదిశ | సిద్ధి, బుద్ధి, దుష్టి, లక్ష్మి, మేధా, కాంతి, స్వధా, ధృతి-8 |

ఉపాసకులు దీనినే చిన్నవిగా:— (పిల్లలు-నిరక్షరులుచేయవచ్చును)

(1) ఓం “సమో భవగతే సూర్యాక్షితేజసే” నమః” ద్వాదశాక్షరి.

(2) “ఓం సమోభగవత్ర్యై సూర్యాక్షితేజసేనమః” పంచాదశాక్షరి.

పెద్దవారు అష్టాదశాక్షరి చేయుట మంచిది శూద్రులుగాని పిల్లలుగాని కన్ను జబ్బులకు ద్వాదశాక్షరిగాగాని, పంచాదశాక్షరిగాగాని చేయవచ్చును.

ఈ మంత్రమును నేత్రరోగులు ఉచితరీతిని ఉపాసన చేయతగును. ఈ మంత్రోపాసకులు ఈ మంత్రమును 8 మందికి ఉపదేశమిచ్చివచ్చో తమవంశమున అంధత్వముగాని, నేత్రరోగములుగాని కొన్ని తరముల వరకు రానేరవని అత్యుత్తమనిషత్ప్రమాణము.

(12) ఓం “సద్యోజాతవామదేవ అఘోర తత్పురుషాయ

ఈశాన సర్వదేవాయ” నమః

లేక

ఓం “సద్యోజాతవామదేవ అఘోరతత్పురుషాయ

ఈశాన సూర్యదేవాయ” నమః

యను పంచబ్రహ్మత్మక ద్వివిధమంత్రమును ఓం, నమః యను అనుకరణలతో వేదమంత్రముగ వ్రాయబడినది. ఈ మంత్రము మహేశ్వరునిచే సర్వ సగుణ శక్తుల విజృంభణ ప్రబోధకరముగ మహాఋషిశాకలని! ఉపదేశింపబడినది. ఇది యాజుషీయ పంచబ్రహ్మోపనిషత్తునందు సకల వివరములతో —

శ్లో. “బ్రహ్మాది పంచబ్రహ్మణోయత్ర విశ్రాంతిమాప్నుయః ।

తదఖండ సుఖకారం రామచంద్ర పదంభజే॥”

ప్రార్థనతో “ఓం సహనావవత్వితి” శాంతివచనముతో అష్టోత్తరశతోపనిషత్తలందు వ్రాయబడినది. ఇందు మహేశ్వరుడు ఒక్కొక్క నామమున ఒక్కొక్క మంత్రముగ ఒక్కొక్క శీర్షమునుండి స్వరము, వర్ణము శక్తి ఫలములతో వివరణచేసియున్నాడు. అందు కొన్నింటిని ఈ దిగు: చూపినాము:—

- | | బ్రహ్మమంత్రము | వేదము | శక్తి | ఫలము |
|-----|---------------|------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| [1] | సద్యోజాతము | ఋగ్వేదము | క్రియాశక్తి | సర్వాభీష్టఫలప్రదం. |
| [2] | అఘోరము | యజుర్వేదము | క్రియా | 1) సర్వఅఘోఘనాశనం. 2) యిచ్ఛాశక్తులు 2) సర్వదుష్టప్రళమనము. 3) " ఐశ్వర్యప్రదము. |
| [3] | వామదేవము | సామవేదము | 1) జ్ఞానశక్తి | 1) సర్వసౌభాగ్యప్రదము. 2) సంహారశక్తి 2) కర్మఫలప్రదము. |
| [4] | తత్పురుషాయ | అధర్వవేదము | సర్వశక్తివృత్ | 1) చిచ్ఛుభము. 2) కామదానసర్వాధిస్వధిభంజనము 3) తురీయఫలము |
| [5] | ఈశానము | సర్వజ్ఞ-జ్ఞానము. | సృష్టి, స్థితి, లయ వ్యష్టి. | సిమిష్టి శక్తులు 1) విద్యాప్రేరకము 2) సర్వఫలప్రదము |

[అన్నింటి సంపుటి]

ఈ సర్వ కుభప్రదమును సర్వ శక్తివంతమును ఈశ్వరసాయుజ్య ఫలమును యివ్వగలట్టి మంత్రము ఎచ్చట అనుష్ఠేయమగునో అచ్చట అఖండ సుఖకరంబగునని ప్రమాణపదన మివ్వంబడియున్నది.

మరియు ఈ మంత్రమం దింకొక విశేషముకూడ కన్పట్టుచున్నది. ఈ మంత్రమునే ఒకప్పుడు శ్రీ పరమేశ్వరుడు కౌశిక, కాశ్యప, భరద్వాజ, అత్రి, గౌతములకు [మహాఋషులు] అయిదు నామములుగ ఉపదేశించె ననియు, అక్కారణముచేతనే మహేశ్వరుడు పంచముఖబ్రహ్మముగ కూడ తెలియబడుచున్నాడని తెలియుచున్నది. ఆ యుపదేశమున మంత్ర ముయొక్క రూపము, ఏ ముఖమునుండి వ్రేలినినది, ఆ మంత్రముయొక్క సిద్ధి కలలు తెలుపబడినవి:—

- | | బ్రహ్మమంత్రము | రూపము | ముఖము | సిద్ధి—కలలు |
|-----|---------------|-----------|-----------|-------------------------------------------------------------|
| [1] | సద్యోజాతము | నకారరూపము | పశ్చిమదిశ | సిద్ధి, బుద్ధి, ద్యుతి, లక్ష్మి, మేధా, కాంతి, స్వధా, ధృతి-8 |

- [2] వామదేవము మకారరూపము ఉత్తరదిశ । రజా, రజ్జి,
రతి, పారి, కామా, సంయమా, క్రియ,
బుద్ధి, కార్య, ధాత్రి, భ్రామిని, మోహిని,
మనోన్మననియను 1 కలలకు ఆశ్రయము
- [3] ఆమోరము శికారరూపము దక్షిణదిశ । తమా, మోహ, క్షమా,
నిష్ఠా, మృత్యు మాయా భయా, జరా
యను 8 కలలకు ఆశ్రయము.
- [4] తత్పురుషాయ వాకారరూపము పూర్వదిశ । శాంతి, విద్య,
ప్రతిష్ఠ, మరీచి, జ్ఞానిని, యను 5
కలలకు ఆశ్రయము.
- [5] ఈశాన మకారరూపము మధ్యస్థానము । శశిని, అంగద,
ఇష్ట, మరీచి జ్ఞానిని యను 5 కల
లకు ఆశ్రయము.

పై విధముగా ఈ మంత్రము నవత్రింశతి (30) శక్తి ప్రదమని బ్రహ్మములముగ మహాబ్రహ్మమొలనుష్టించి వారి వారి సర్వ మనోభీష్టముల పొందిన అనుభవసిద్ధమంత్రము వ్రాయబడినది. ఈ మంత్ర గర్భము చతుర్వింశతి అక్షరములుగలట్టి గాయత్రిచందస్సు గలిగి శ్రీ పర మేశ్వరుండగు ఆ మహేశ్వరుని “సర్వదేవాయ” అనియును సకలదేవతా పరముగ వెలువడిన మహామంత్రముగ ఓం, నమః, అనుకరణతో బ్రహ్మ పరముజేయుచు ఇందు లిఖింపబడినది. ఇయ్యది ఉత్తరీతిని అనుష్టించిన యడల సర్వమహోద్రవములును, సర్వ అనారోగ్యములును, సర్వ దరి ద్రావిష్టనష్ట కష్టములును బాసి సర్వ సౌఖ్యగృహసంపత్తిని వారి వారి మనో భీష్టములచొప్పున సర్వాశ్రమోపాసకులును పొందగలుగుటకుగాను ఈ సకలసిద్ధి సూర్యమంత్రమే సమర్థతగలదని విశ్వసనీయము.

మరియు ఈసందర్భమున 2 విషయములను పరిశీలించవలసి యున్నది, (i) ఈ మంత్రమందు ఏ మనోభీష్టమునకేని సూర్యునిపా సించుటకు వీలకలదా ?

(ii) ఆ యుపాసనకు ఫలము పొసగగలుగు శక్తియుండునా?

ఏ మంచిపని చేయనున్ననుకూడ కర్తయొక్క ప్రారబ్ధానుగతినిబట్టి జరుగుటయు, జరుగకుండుట కలుగునుకదా: ఈ విషయమటుచి అసలు మంత్రముయొక్క యధార్థస్థితిని చూతము. మొదటిప్రశ్న ఈ మంత్రమందు సూర్యోపాసనకు వలయు ప్రేరేపణపదములున్నవా? లేవా? అది సర్వదేవ వశీకరమాయని జూడవలయును. సర్వదేవ వశీకరమంత్రము సూర్యునుపాసించుటకు తగు మంత్రమేనని యిదివరలో కుంతికిచ్చినమంత్రవిషయములో దూర్వాసమహాముని ప్రోక్తమయ్యెనున్నది. కుంతి యనుష్ఠించిన “అభిత్వాకూరనోనుమః” అను మంత్రవివరణ అధర్వశిరోపనిషత్తునందు గననగును. ఆ పదములు పరమేశ్వరుని స్వప్రకాశానంద శౌర్యమనాదుల నుగ్గడించుచున్నవి. అయ్యును దూర్వాసుడు సూర్యోపాసనమంత్రముగ నుపదేశించినాడు. గాని, ఈ మంత్రమందు ఆ సర్వేశ్వరుని ప్రేరకపూర్వకమగు “ఈశాన”ము ఆయన సర్వదేవత్వ అధిష్ఠానము “సర్వదేవాయ” అను పదమును, లేదా సర్వదేవసంబోధనార్థకమగునటులనో రెండు ప్రత్యక్ష నామములుండుటలో ఇయ్యది సూర్యోపాసనకు తగు మంత్రాధారములను, మంత్రోద్ధరణను కలిగియున్నదనుట నిస్సందేహము. మరియు ఈ మంత్రముయొక్క రెండవరూపము “సద్యోజాత...సూర్యదేవాయ” యనియును ఇవ్వబడినది. మనము సంకల్పము సూర్యునిగూర్చి చేయుచునే యున్నాము గనుకను సూర్య ప్రత్యక్షనామముతోకూడ జేర్చి యుపాసించినను ఆమార్పు తప్పుగాదు. మంత్రగర్భము పంచముఖకారకములగు సద్యోజాతాది పంచదేవనామములే. “సర్వదేవాయ” అనునది స్తోత్రార్థకముగ వాడబడినది. గనుక మార్పులో ప్రత్యవాయతలేఃపోగా “సూర్యదేవాయ” అనుటలో సూర్య సంబోధనచేత మంత్రమునకే సూత్సవికాసము కల్గినది. గనుక రెండురూపములును ఉపాసనీయములే. గాని యంత్రమునందు ఈ మార్పు చేయనవసరమని ఎంచబడుచున్నది. యంత్రము ఈశానవాచకముతో అర్థగాంభీర్యమునను, ధ్వనిలక్ష్యమునను పరిపూర్ణతను పొందినదగుచున్నది. గావున మార్పనవసరము. ఇకను రెండవప్రశ్న మంత్రశక్తినిగూర్చి ఏ

మంత్రమున్ను పద, బీజ శుద్ధి కలిగియున్నప్పుడు శక్తి శోషించియుండక సంపూర్ణముగ నుండును. మరియు మంత్రశక్తి ఉపాసకుని నీమ, పూజా, పురశ్చరణనుబట్టి సుస్థి, పుష్టులను ప్రజ్వరిల్లజేసి ఉపాసకుని లక్ష్యమును ఉద్ధరించ గలుగుటలో అనుమానరహితము. గనుకను ఈ మంత్రము సూర్యఉపాసనా సౌకర్య సౌలభ్యముల రెంటిని గలిగియున్నదని విశ్వసనీయము.

ఈ మంత్రమును నిస్సంతానులు, నష్టసంతానులు, వికలసంతానులు సూర్యునియందు అనుష్ఠించితగిన మంత్రము. ఈమంత్రముయొక్క వామదేవ హంశాకలోపభోగముగ సంతానప్రాప్తి కలుగగలదు. ఈ మంత్రమును మేమిందిచ్చు (i) సూర్యారాధన, జప, వ్రతానుష్ఠానములు (ii) ఆరు ఆసనములు, (iii) ఆదివార సీమములు. ఒక సంవత్సరకాలము లేక 5 మాసములైనను ఆచరించుచో స్త్రీలకు ఋతు-శూలనొప్పిపోయి అండ్ గర్భకోశములు శుద్ధి పొంది శోణమునందు స్ఫుటమగు బీజోత్పత్తి పెరిగి ఎట్టిగొడవలనుసంతాన వతియగును. అట్టితాలూఁపురుషులును సుఖోగములున్న చోనిశ్శంకగ చికిత్స నొందిపిమ్మట ఈ మంత్ర పురశ్చరణ, ఆసనాదులు అనుష్ఠించినచో సంతానోప యోగమగు పరిశుద్ధ ప్రాణ-బీజములు (Live - Sperumtoza) వృద్ధి చెంది ఉపాసనఫలించును. మొదటిలో ఆసనములు (మూడుమాసములవరకు) ప్రతిరోజును రెండుపూటలు ఆలసట ననుసరించి శురభోపాయములతో నడుపవలెను. పిమ్మట దినమున కొక్కసారి 5 మాసములవరకు చేయవచ్చును. ఆదివారమున ఆసనములు మాని వ్రత, పూజ, జపాదులు ద్విగుణముగా చేయవలెను. బ్రాహ్మణభోజన మిడవలెను. వారము, మాసమున కొక్కపర్యాయము. సంవత్సరాంతమున తగురీతిగా ఉద్యావన సలిపి అన్న వస్త్ర, ధన. ద్రవ్యదానములొసంగి కృతార్థులు కావలయును.

[13] ఓం "హ్రీం ఘ్రణీః సూర్యాదిత్యః శ్రీం" నమః ఈ మంత్రము రోగ, దారిద్ర్య నాశనమంత్రముగ ఓంకారముతో అష్టాక్షరి మహామంత్రముగ భృగుమహాముషిచే ప్రోక్తమైనది. [మంత్రరత్నాకరము చూచేది]

శ్రీ సూర్య హంసోపాసన మంత్రములు:—

పైనచెప్పిన నిత్యోపాసనమంత్రములుగాక వానప్రస్థ, సన్యాశాశ్రమ
లో హంసవిధానమున చేయు సూర్యోపాసనకొరకై కొన్ని మంత్ర
ప్రత్యేకించియున్నవి. అవి అహంగ్రహోపాసనపద్ధతిలో చేయుటకును
మంత్రసంఘటి, కైవల్యకాములు ఆవిధిలోనే ఉపాసించవలయును.

శ్లో. యత్రయతమనోయాతి బ్రహ్మణస్తత దర్శనాత్ ।

మనసోఛారణం చైవధారణాపరామతా॥

న్యాయము చొప్పున యింద్రియ నిగ్రహణచే దేహ స్వస్థతయును,
స్వస్థతచే మనోబలమును, మనోబలముచే మనశ్శాంతియును చేకూరి
నప్పుడు మనస్సును దేహంతర్గత హంసయందు ధారణచేసి, ఆ మనో
ననుగురు ముఖముగా తెలుసుకుని సూర్యభగవానునియందు లయ
పడేసుకుని నిర్గుణబ్రహ్మతత్వ సత్-చిత్-వరానందానుభవసిద్ధిని వాన
శురీయములందు సాధించగలుగు మంత్రములు. శ్రీ హంసార్క
మంత్రములెవ్వి యనగా:—

[14] ఓం “సోహమర్కః పరంజ్యోతిః” నమః

ప్రస్తాశ్రమమున ఇది హంసార్క అష్టాక్షరీమంత్రము. మహావా
పాసించునది క్యోపనిషద్వ్రతిపాదితము. ఏదైతే పరంజ్యోతిస్సనునది
మంత్రము. యున్నదో ఆ చితాదిత్య ఆనందస్వరూపుడనే నేనేనను
భావము. అనుభవము. ఇది కుటీచక సన్యాసమున
సాధనచేయనగు సాంప్రదాయముగలది.

[15] ఓం “అర్కజ్యోతిరహం శివః”

ఇది హంసార్క అష్టాక్షరీమంత్రము. మహా వాక్యోప
నిషద్వ్రతిపాదితము. ఏదైతే చితాదిత్య జ్యోతిస్వరూప
మున్నదో ఆ పరమశివుడను నేనేనని భావించుట. ఇది
యును కుటీచకముననే సాదితము, ఇచ్చట శివశబ్దము
పరబ్రహ్మవాచకము.

[16] ఓం “అత్యజ్యోతిరహం శుక్రః”

ఇదియును హంసార్క అష్టాక్షరీ మంత్రమే: మహా
వాక్యోపనిషద్వ్రతిపాదితము. ఏదైతేచితాదిత్య జ్యోతిస్సు
గానుంటు, శివస్వరూప పరంజ్యోతిస్సుగా నుంటున్న
ప్రత్యగ్ భిన్నపరమాత్మస్వరూపముగ నున్నదో ఆ
సర్వజ్యోతి స్వస్వరూపుడను నేనేయని యనుభవము
చేయును.

[17] ఓం “సర్వజ్యోతిరసావహోమ్”

తృతీయహంస,
పరమ హంసాశ్ర
మములందు
ఉపాసించునవి
2 మంత్రములు

ఇదియును హంసార్క అష్టాక్షరీమంత్రము మహా
వాక్యోపనిషద్వ్రతిపాదితము. ప్రత్యగ్ ప్రకాశ అభిన్న
మును, పరప్రకాశ అభిన్నుడు ఓంకారస్త ప్రత్యగ్ - పర
అనిభాగైక్య తురీయ తురీయుడై యున్నానో ఆ నేను
నిష్ప్రతియోగిక, స్వమాత్ర పరబ్రహ్మమును. ఈ మం
త్రముపైనుదహరించిన మూడు హంసార్కమంత్ర
ములకును సమ్యక్ ప్రతిభ గలిగినట్టి “అహంబ్రహ్మే” ౨
“సూర్య్యంసపోహమ్” అనునట్టి తురీయ భావము
నొసంగి స్వస్వరూప సంధాన మొనంగును.

[18] “ఓం హ్రం శ్రీం సూర్య్యంసోమ్”

లేక

“ఓం సూర్య్యం ససోహమ్”

లేక

“ఓం సూర్య హంసోహమ్”

లేక

“ఓం సూర్యాహమస్మి”

ఇవన్నియు స్వల్ప అక్షరమార్పులతో హంసార్క-షడాక్షరీ మంత్రములు. తురీయులు బ్రహ్మపరముగా “బ్రహ్మైవాహమ్” “బ్రహ్మోహమస్మి” అనుచు అద్వయబ్రహ్మ ఆభిన్నభావము నొందుదురో, అట్టిదై శ్రీ సూర్యపరముగా ఆత్మ-ఐక్యభావము నొంది బ్రహ్మలోకనివాసాదుల ప్రమేయములేకనే ప్రత్యగ్రూప్యైక్యమగుదురు. 16, 17 నెం. లలో గల మంత్రములు ప్రయోగ, ప్రయోజన, ఫలితములలో సమాన ప్రతిపత్తిగలవి. గనుక ఏవైనను అనుష్ఠయములే.

ఇందిచ్చిన మంత్రములను అనుష్ఠించుటకు బీజాక్షరముల సంగతి పరిశీలించనగును. అనంతశబ్దములకు రారణమైన ఓంకారమునుండియే అన్ని అక్షరములును అన్ని భాషాశబ్దములున్ను ఉత్పత్తియగుట, వాటిస్వర శుభేచ్ఛ, సౌశీల్య లక్షణములను గురించి అష్టోత్తర శతోపనిషత్తులలో అక్షమాల్యపనిషత్తునందు చూడనగును. మరియు ఏ మహామంత్రమున్ను “ఓం”, “నమః” లతో బ్రహ్మసమ్మితముచేయబడి భగవతార్చితముచేయబడును. ఈ విషయమును తైత్తిరీయమునందు శిక్షావల్లలో కననగును. మరియు “నమః” శబ్ద నిర్వచన. ప్రాశస్త్యములు శ్రీ ఆంధ్ర వాల్మీకి రామాయణమున వాసుదాసుగారు బాలాకాండ ఉపోద్ఘాతమందు చక్కగ తెలిపియుండుటను తెలుసుకొనవలెను.

శ్రీ సూర్యోపాసనమంత్రములలో చాలావాటిలో బీజాక్షరము లిమిడియేయున్నవి. లేనిచోట ఓంకారమున్ను, నమః శబ్దమున్ను చేర్చి ఉపాసించిన భగవతార్చితమగును. కొన్ని మంత్రములు ఋషిప్రోక్తములైనవి. వాటికి ఆ ఋషులపేర్లను చెప్పకొనవలెను లేనివాటికి “బ్రహ్మ” ఋషి అని చెప్పుదురు. ఛందస్సు సవితృగాయత్రి ఛందస్సు చెప్పవచ్చును. భాషకు శరీరమైనట్టి అక్షరములన్నింటికి ఒక్కొక్కదానికి ఒక్కొక్క శుభంకరమైన శక్తి గలదని, ఈ శక్తి ఆ అక్షరముల స్థానములనుబట్టిన్నది. ఆయా మంత్రముల ఉపాసనసంకల్పమున్ను, ప్రయోగమునుబట్టిన్న మారును. అనగా ఒకే అక్షరము వివిధమంత్రములలో వివిధములుగా అనగా బీజముగాను, శక్తిగాను, కీలకముగాను పనిచేయవచ్చును. అటులే ఓం,

రాం, క్రోం, హ్రం, హ్రీం, శ్రీం, శ్రీః యిత్యాదులు భిన్నమంత్రములలో భిన్నముగా అనగా శక్తిగా, బీజముగా, కీలకముగా ఉపయుక్తము కావచ్చును. దేవతవిషయములో పరమాత్మ, బ్రహ్మ, ఆదిత్య గాయత్రి, దివాకర ఇత్యాదులను దేవతగా చెప్పవచ్చును. ఋషులవిషయములో ఏ ఋషి లేనిచో “బ్రహ్మ” ఋషి అని చెప్పవచ్చును. ఈ మంత్రములను అగస్త్యుడు, సనత్కుమారుడు, భృగు, వ్యాసుడు, విశ్వమిత్రుడు ఇత్యాదులు అనేకులు చెప్పిరి. ఉదాహరణగా:—కుంతి జపించిన “అభిత్వాశూరనోనుమః” యను మంత్రము తీసుకున్నచో వీనిని ఓంకారముతో జపించమని చెప్పబడినది. ఈ మంత్రమును శ్రీ సూర్యభగవానుని పరముగ సంతానముకొరకు ఎవరైన ఉపాసించనెంచినయడల దూర్వాసుడు ఋషిగాను, సూర్యుడు దేవతగాను, ఓంశక్తిగాను, గాయత్రిచందస్సుగాను శ్రీం కీలకముగాను, క్రోం బీజముగాను చెప్పుకొనవచ్చును. ఈ విధముగా ఈ సూర్యోపాసన మహామంత్రములను సంకల్పానుకూలముగా ఎవరికివారు ఆయా మంత్రముల అనుకూలకనుబట్టి నిర్ణయించుకుని, * శ్రీ సూర్య షడంగములతోను మరితర బీజాక్షరములతోను నద్దానిని గురుమిత్రముగా పొంది తగు శ్రద్ధా భక్తులతో నుపాసించినచో శ్రీ సూర్యభగవానుని కృప తప్పక కలుగునని ప్రగాఢ విశ్వాసమున్నయడల తప్పక ఆ సంకల్పసిద్ధి యగునని మన వేదమే మనకు అభయమిచ్చుచున్నదని తెలియవలెను. ఇవి మహాసాత్వికసిద్ధి మంత్రములగుటలో బీజాక్షరపయోగమునందు ఏ అనుమానములున్ను అవసరములేదని తెలియవలెను.

* ఇప్పుడు మనము సాత్వికములగుకామ్యార్థఫలములు, ముక్తినిచ్చు మహామంత్రములసంగతి చూచుచున్నాము. ఇవి యితర ఉచ్చాటనా మంత్రములవంటి క్షేత్రములుగావు. గనుకను బీజాక్షరములు ఉపయోగించుటలో ఏవి, ఎచ్చట ఉపయోగమో, అనుపయోగమొనను భయ మనవసరము. ఏ అక్షరము ఏ బీజముక్రిందను, ఏ బీజముకు ఏ అక్షరము వాడినను తప్పులేదు. ఇచ్చట అక్షమాలికోపనిషత్తులోని కొన్ని అక్షరముల ఫలమును తెలుసుకొందురుగాక.

వయస్కులు, చేతనగువారు ఈ మంత్రోపాసనకుతోడు ఆవసరమునుబట్టి, అనగా అనారోగ్యమునకు, దేహబాధలకుగాను, యిందివ్వబడిన శ్రీ సూర్య-నమస్కారాసనములు సంప్రదించినచో వారి ఆరోగ్యము శీఘ్రకాలములో చక్కబడును. అన్నింటికిని మూలము మన మనో దృఢ సంకల్పము. సంకల్పానుగుణ్యముగా ఆసాక్షాత్ కృపామయుడు, అతి సులభ సంతోషి (నమస్కారమంత్రమునకే), అవ్యాజ-శిరుణ-వీక్షణా-కిరణనేత్రుడు, భగవానుడు, పరమాత్మా ఆ శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తి యందు చేయగలుగు మనోలగ్నము, అనుష్ఠానకృత్యముయొక్క శక్తి యందు విశ్వాసము. ఘోష, పురశ్చరణాదులు, ద్యానము, శిరసాష్టాంగ పశ్చాత్తప్త నమస్కారములు మనలను మన సర్వ మోటకా మోష విమోచనచేసి, మన అజ్ఞానమును, లోపములను పరిరక్షించి, వెనకటికాలములో ఆ పసిపాపను ధృపుని. ఆ పరాక్రమవీరుని శ్రీరాముని, అమాయకురాలు కుంతిని, మృగతుల్యులగు జాంబవత్ హనుమదాదులను, విద్యార్థి, బాలుడు అల్పజ్ఞానిని యాజ్ఞవల్క్యుని కాపాడి, యుక్తముగ దీవించి, ప్రయోజకుల గావించినటుల, సర్వవశశ్శుభేచ్ఛలు చేకూర్చగలుగునని విశ్వసించి ఆ భగ

ఆం = ఆచరణాత్మకం.
 ణీం = 1. సర్వసిద్ధిప్రదము
 2. మోహకరము
 కం + టం + రం =
 = క్రోం. 1. విషహరం
 2. కళ్యాణదం
 మం = 1. సౌభాగ్యదం
 2. స్థంభనకరం
 సుం = 1. సర్వకారణత్వం
 2. శక్తిత్వం
 రం = 1. దాహకము.
 2. పాపహరం

హం = నిర్మలత్వం
 శం = 1. సర్వఫలప్రదం
 2. పవిత్రం
 మంత్ర రత్నాకరములోవి.
 హ్రీం = 1. శక్తిత్వం
 2. సగుణం
 శ్రీం = శక్తిత్వం
 టం = "
 శ్రీః = 1. శీఘ్రఫలదం
 2. జయము.

ఈ విధముగా ఛాషలో ప్రతి అక్షరము అనేక స్థలములలో, అనేక ఉపయోగములలో వాడబడగలవు. ఇవే సాత్వికములలో ఒక విధముగాను, తామసాదులలో మరొక విధముగాను పనిచేయును.

వానుని శ్రీ సూర్యునికి నమస్కరించి కృతార్థులగుదురుగాక యని మా అనుభవపూర్వకముగకూడ ఆశించుచున్నాము.

ఈ సూర్యోపాసన వేదవిధితమై, అనాదిసిద్ధమై అనివర్జ్యమగు అనంతశక్తివంతమై పాపహరమై త్రికరణశుద్ధికారణమై క్రిమముక్తికిని, సద్యస్కాల ఆత్మసంయమనోద్ధరణకును సులభసాధనమార్గమై పరిగుచున్నది. ఈ యుపాసనవల్ల మన పూర్వులు ఎట్టి సౌకర్యములు చేకూర్చుకొనినది కొన్ని పరిశీలంతముగాక.

త్రేతాయుగములో మాయామాసుషావతారమగు శ్రీరామచంద్రమూర్తి రావణసంహారసమయమున మానుష మాయానిస్సారతను నిగ్రహించలేక ఆ రావణ శివశక్తిని ఆణంచశేకుండెను. దేవమానస సంచారుడగు శ్రీరామమూర్తి గురువగు శ్రీ ఆ. న. ముష్టింద్రుడు దివ్యదృష్టివది ఎఱింగి సమయానుకూలముగ మరల శ్రీరాముని సందర్శించి తానిదివరలో నిచ్చియుండిన శ్రీ సూర్య దశాక్షరీ మంత్రమును జపించమని సూచించెను. శ్రీరామచంద్రుడును పల్లెయని నద్దానిని జ్ఞప్తి దెచ్చుకుని సవిశేషముగ నా మంత్రమును "ఓం ఘృణేః సూర్యాదిత్య శ్రీః నమః"

యని యనుష్ఠించి తన శ్రీమన్నారాయణాంశమేయగు శ్రీ సూర్యనారాయణుని త్రయాగ్ని త్రినేత్రాగ్ని మహద్భక్తి యాస్వాదించి పిమ్మట ఒక తృటిన రావణుని నాభిస్థానమందుగల అమృతకలశమును చిన్నభిన్నములొనర్చి తదుపరి ఏతస్మంత్ర దశాక్షరికిని అక్షరమునకొక శిరస్సువంతున బలినిచ్చి కృతకృత్యుడయ్యెను. ఈ విషయము వాల్మీకి వ్రాయనంతమాత్రముననే మన మపహసించుట తగదు. శ్రీరామచంద్రుడు ఆదిత్య హృదయము (స్తోత్రము) పఠించి రావణుని * తెగటాచైనను ప్రచారమునే విశ్వశించుచున్నాము. గాని శ్రీరామాగమనమునకు పూర్వమే అగస్త్యుడు ఏలకో

* అగస్త్యుడు అచ్చటచ్చట ఆశ్రమములు నిర్మించుకుని ఆర్యావర్తమున పలుచోట్ల ఉండెను. వీరు ? చోట్ల ఆశ్రమములు నిర్మించుకుని యుండెనని తెలియుచున్నది.

తన పూర్వాశ్రమములనుంచి దాక్షిణాత్యమునకువచ్చి తంజావూరుజిల్లాలో శ్రీ వేదారణ్యమనుచోట ఆశ్రమమేర్పాటు చేసుకుని చాలాకాల ముందేన నియు, అరవభాషలోకూడ కొన్ని సంహితలు చెప్పెననియు చారిత్రక ప్రమాణములు గలవు. శ్రీరామమూర్తి దక్షిణముననున్న ఋషియాశ్రమ ములలో చూడనిదిలేదు. అక్కలమందు శ్రీరామచంద్రుడు వారిని దర్శించినతరి త్రికాలద్రష్టయగు శ్రీ అగస్త్యుడు శ్రీరామునికి మంత్రమునిచ్చిమే యుండును. అప్పుడే ఆదిత్యస్తోత్రమును చెప్పిరి. శ్రీ వాల్మీకి రామాయణము చారిత్రాత్మక పురాణ గ్రంథమగుటలో మహామంత్రము నద్దాని యందు బాహుళ్యముచేయుట సమంజసమును ఆశాస్త్రియము గావున ఏతన్మంత్రోపదేశగురుస్థాన ముదహరించి విడచెను. మంత్రమహర్ణవమునుబట్టి ఆ దశాక్షరి ఉత్తర హిందూస్థానమున ప్రచారముననుండు, ఆ దశాక్షరి నూత్నమగు “శ్రీః” యను శ్రీకారముతో నుండుట నిదర్శనములుగ గరిగఁ దింది శ్రీరామచంద్రమూర్తి ఏతన్మంత్రమనుష్టింఁచియుండుననుట ఆసా

[1] అగస్త్యపురి-బొంబాయి రాజధానిలో నాశిక్-25 మైళ్ళ దూరములో నున్నది. ఇది ఒక అగస్త్యాశ్రమము.

[2] అకోలావద్దనున్నది బిరార్లు పరగణాలో నున్నది.

[3] కొల్హాపురమువద్ద-బొంబాయిరాజధానిలోనున్నది.

[4] సరై ఆహూట్ వద్ద-సంయుక్తరాష్ట్రాలు (United Provinces) (Ata) ఆటా-జిల్లా-23 మైళ్ళు పాతేఘర్ వట్టణమునుంచి.

[5] హిమాలయములపైనున్న సంకిసాకు 1 మైలుదూరమున గదార్-(ఇప్పుడు అనబడుచున్న ప్రదేశమువద్ద) రుద్రప్రయాగకు 12 మైళ్లు మందాకినీ నదీతీరమున.

[6] సాత్పురా పర్వతములమీద అరణ్యములో వైడూర్య పర్వతముమీద ఒకటి ఉన్నది.

[7] వేదారణ్యము-తంజావూరుజిల్లా. దక్షిణాదేశము. స్కాంద పురాణం-కాశీఖండంలోను, భారతము (మూలము) అరణ్యపర్వం-9 అధ్యాయము చూచేది.

జముగాని, అసమంజసముగాని, అతిశయోక్తిగాని, అసంగతముగాని, అలాపనగాని, ఆశ్చర్యజనకముగాని, అప్రస్తుతముగాని, అనుచితముగాని ఏమాత్రమును గానేదు. ఆదిత్యహృదయపఠనశక్తిని మేము ప్రశ్నించుట లేదు. శ్రీశివశక్తిోపాసనాదురంధ్రుడురావణబ్రహ్మయొక్క సంహారమంతటి కఠిన కార్యానుష్ఠానమునకు వలయు శక్తియు, పిమ్మట ఉపసంహార ఉపశాంతికిని తగు విధియు అనుష్ఠానము గవలయుగాన మంత్రప్రయోగము లేకనే, స్తోత్రపాఠముచే కాగలిగినదేమియు నుండదు. గనుకను ఏతిద్దఱాక్షరిని శ్రీరాముడు అనుష్ఠించెననుట అసత్యముగాని, అసమ్మతముగాని, ఛలోక్తిగాని కానేరదని పాఠకలోకమెంచి తన్మంత్రోపయోగమును అనేర విధ మనోభీష్టసిద్ధికి గురుముఖమున పొందదగినదని ఎంచుచురుగాక! అటులనే హనుమద్బాంబంతాదులు శ్రీ సూర్యోపాసనచేసియే ఒకరు శమంతకమణిని, మరొకరు సమస్త వేదవేదాంగనాదోపాసన శాస్త్ర, భక్తి, జ్ఞాన పారీణతను పొందెననుట నిస్సందియము. పిమ్మట యజ్ఞవల్క్యుమహాముషియు సూర్యోపాసనచేసి ఆ స్వప్రకాశ చిన్మూర్తియనుగ్రహమున సర్వస్వతంత్రమంత్రతంత్ర వేద, శాస్త్రాది విజ్ఞానపారంగతుడు కాగలిగెనని వినుచున్నాము. ఈతడు చిన్నతనమున కాకల్యుడను ఋషివద్ద శుక్లయాజుషము నభ్యసించుచుండగా గురువర్యుడు తనకు ఆశ్రితుడైన సుప్రియుడను రాజుకు ఒక వ్యాధిస్వస్థతకు జపముచేసి తీర్థమిచ్చిరమ్మనగా ఈతడు బాలదని ఆ రాజు ఆ తీర్థమును నిర్లక్ష్యించి తీసుకొనఁబెను. ఈ వటువు ఆ నీటిని దిశాణమున ఒకగుంజమీద పారపోయగా అది చిగిచ్చసాగెను. దానికి రాజుచెరువంది మరల ఆ కుర్రని తీర్థమునకై అర్పించెను. గాని యజ్ఞవల్క్యుడు నిరాకరించెను. గురువుచెప్పినను విననందున ఇరువురకు మువైషమ్యమేర్పడి, వటువు అచ్చటధ్యయము చేయనొల్లక, నేర్చిన విద్యయును మనీషాత మొనర్చి కక్కి వెళ్ళిపోయెను. పిమ్మట శ్రీ సూర్యభగవానునియందాత్మ-మనోసంయమన మొనర్చి:—

“ఉద్యంతమస్తం యస్తమాదిత్య మభిధ్యాయక కుర్వ
బ్రాహ్మణో విద్వాన్ సకలం భద్రమశ్నుతే” శృతి

న్యాయమున ఒక శ్రీ సూర్యవ్యావహారిక మహామంత్రమున్ను, పిమ్మట,

“ఉద్యంతమస్త్యంతాదిత్య మభిధ్యాయన్ ।

కుర్వన్ప్రాహ్లాణోవిద్వాన్ సర్వం భద్రమ్యోమ్॥”

ఇతి, శ్రీ సూర్యనిగూర్చి పై మంత్రమును తీవ్రపురశ్చరణజేసి సకల విజ్ఞాన బ్రహ్మజ్ఞాన, ఉపనిషద్వేత్తయయ్యెనని తెలియవలెను. మరియు ద్వాపరమున, ధర్మజుడు శకునితో జూదమునయోడి అరణ్యముల కేగునప్పుడు వారితో కొందరు పౌరులును శాంతివాక్యములు చెప్పుచు వెళ్ళిరట. అప్పుడు వారలకు భోజనముచేయులేకపోయిదుఃఖితుడై మూర్ఛిలైనట. అంతట ధామ్యుడు వారిసోదార్పి శ్రీ సూర్య సుపాసించమని ప్రోత్సహించెను. వల్లెయని ధర్మరాజు సూర్య నొక మంత్రమున యుపాసించి అక్షయపాత్రను పొంది వారలకు భోజనమిడి కృతార్థుడయ్యెను. భారతయుద్ధకాలమునాటి కుంతిదేవి సూర్యోపాసనచేత కర్ణుని కన్నదని మన పౌరాణికజ్ఞానములో ఒక ప్రఖల మైనతలంపు గలదు. గాని కుంతి సూర్యమంత్రోపదేష్టయై సూర్య సుపాసించలేదు. భోజునింటికి దూర్వారమునిరాగా కుంతిని చిన్నపిల్ల అయ్యును సవర్ణులచేయుటకు పంపెను. దుర్వాసుడు ఆపెబ్బ క్రిశ్చదలకు మెచ్చి ఆమెకు సర్వదేవతావశీకరమంత్రమును “అభిత్వాశూరనోనుమః” యని ఉపదేశించి ఓంకారముతో జపించిన ఫలదమగుననిచెప్పెను. కాలాంతరమున కుంతియు నద్దాని నేమరచి ఒకప్రభాతమున బాలసూర్యునిజూచి ఆ హిరణ్మయ సింధూరకాంతుల కిచ్చెరువంది ఆటగా తలచి రా, రా, యనుచు శ్రీ బాలభాస్కరునిచూచి సూర్యుని సంబోధించుచు ఆ మంత్రమహిమపరీక్షనెంచి కన్నులు మూసి ముమ్మారుచచ్చరించెను. ఆ మంత్రముచే శ్రీ బిగవానుడు మూర్తిమంతుడై సాక్షాత్కరించి తన్ను పిలచిన సందేశ మేమియని ప్రశ్నించెను. కుంతి అందులకు నిశ్చేష్టయై సంకల్పరహితమని నుడివెను. గాని సూర్య డూరకొనక ఒక పుత్రుడు కలుగు వరమడుగమనియె. దానికిని కుంతి నిరాశరించెను. అది ద్వాపరాంతము. పాండవ కౌరవ క్షత్రియకులమంతరించవలసినకాల మాసన్నమై భారతయుద్ధములో అర్జునునికి సాటి పేరుడు కర్ణుడంతిటివాడు పుట్టవలసియున్నది. దీనికి దేవతలును ప్రోత్సహించరనియు,

కర్ణజననము అనివార్యము గావునను దూర్వాసుడు మంత్ర మిచ్చుట, సూర్యుడు ప్రత్యక్షమగుట, అయాచితముగ ఒక్క తృటికాలపు దృక్కులోనే సూర్యుడు తన దేవమానసశక్తిని కుంతియందు సుషుమ్నముగుండ యావహింపజేసి కర్ణ అయోనిజ జననమునకు, ఏతజ్జనన వృత్తాంత రహస్యమునకును కారకుడై యుండెను. ఈ వృత్తాంతము యావత్తున్న సంస్కృత మహాభారతమునను, శ్రీ ప్రభాకర ఉమామహేశ్వరపండితులవారు వ్రాసిన "దేవరాజ్య" మను గ్రంథమందును సవిస్తరసంభాషణారూపములో తెలుసుకొనగలరు. గనుక దీనినిబట్టి రెండు విషయములు మాత్రము మనకెక్కువగ నుపకరించును. శ్రీ సూర్యభగవానుడు నమస్కార ప్రియుడనియు, అల్పసంతోషియనియును, క్వచిత్కాతవక్తిశ్రద్ధోపాసనకేని వశీకరుండనియును, యుక్తి, భుక్తి, ముక్తిప్రదాతయనియును, జగత్కార్య కారణ సూత్రపరిపాలనాధిష్టానమనియు, ఆగ్రహానుగ్రహ సర్వ సమర్థుండనియు తెలిసికొనుటే సర్వోపాసకులకు శ్రేయస్కరము.

ఒకప్పుడు శ్రీకృష్ణుని కొమార్తె యాదవరాజగు సాంబుడు మహాభయంకరవ్యాధియగు కుష్టుచే బాధితుడై మిత్రవనములో (ఇప్పటి పంజాబ రాష్ట్రము) చీనావనది ఒడ్డుననున్న శ్రీ సూర్యదేవాలయమునకు యాత్రవెళ్ళి సూర్యునిగూర్చి తపస్సుచేసి రోగనివారణ పొందెను. తత్కృతజ్ఞత పూర్వకముగా తానొక దేవాలయమును సూర్యునికి మూల్తానులో కట్టించెను. గాని హిందూమతద్వేషియగు ఔరంగజేబు దానిని నిర్మూలన మొనర్చెను. పిమ్మట హిందూమహాయుగములో వరాహమిహిరుడనరాజు తన బృహజ్ఞాతక జ్యోతిషగ్రంథమును శ్రీ సూర్యస్తుతితో మొదలిడెను. మయూరుడను రాజున్న శ్రీ సూర్య * శతకము పారాయణ మొనర్చిన్నీ. నారదుడు సూర్య పురాణము పారాయణచేసిన్ని తమ కుష్టురోగ నివారణను పొందెను. ఏలకో అందలి ఆరుశ్లోకములు కంచిలో ఒక దేవాలయమున శిలాఖండము మీద చెక్కబడియున్నవని తెలియుచున్నది. కానిప్పుడు గొప్ప సూర్యా

* నారదునికి కుష్టువ్యాధి ఆపాదించుట, నివారించుటనుగురించి సూర్యపురాణము 12 అధ్యాయములో చెప్పబడినది చూచేది.

రాధన అభిమాని ఆతడు సూర్యుని కొలచినదేగాక ఆతని నాణెములమీద సూర్యుని ప్రతిమల ముద్రింపించెను. హర్షవర్ధమానుడు, ప్రభాకరవర్ధమానుడు ఆదిత్యహృదయమును పారాయణయొనగ్గిరని చారిత్రాత్మకముగ తెలియుచున్నది ఇవిగాకను వేదవ్యాసుడు వ్రాసిన సూర్యపురాణములో అతిప్రాచీనకాలములో ఇఁజ్వికువంశీయరాజులు సూర్యు నెంతటి ప్రేమ విశ్వాసములతో ఆరాధించి తమ దైనందిక గృహ, రాజకీయ వ్యవహారములందు తమ మనోరథసిద్ధి నెఱుల * పొందినది తెలుపు అనేక గాధలు గలవు. గనుక అనాదియుగయుగాంతరములనుండి మన ప్రాచీన మత, సాంఘిక, చారిత్రక జీవితవిధానమును శ్రీ సూర్యుడు తను, తన పరివార మగు గ్రహముల మహిమవల్ల ఎంతటి గాఢానురక్తితో సంస్కరించుచున్నది తెలుసుకొనవలెను. మనమున్ను ఈ కాలమునకూడ తగు భక్తి విశ్వాసములతో శ్రీ సూర్యారాధన ఉపాసన, నమస్కారముల ననుష్ఠించినయడల సద్యస్కాల ఆరోగ్య, సిరి, సౌభాగ్య ఫలమును, జన్మాంతర సుకృతిని, జీవ పునరావృత్తిరాహిత్యసిద్ధిని పొంది నిత్యజీవిత సుఖ, సౌఖ్యములను బడయుచేగాక కాలాంతర సనాతన ధర్మోచిత సద్గతులను కూడ సాధించగలుగుదురని ఎఱురుగాక !

ఓం తత్సత్.



* ఈ సందర్భమున శ్రీ తిలక్మహాశయుడు వ్రాసిన “వేదకాల నిర్ణయము” “ఓరియన్” అనుగ్రంథములను చూచుట చాలావసరము. ఆందు లోగోళ నిర్మాణమునకు మన హిందూమత పూర్వాచారవైదిక వాఙ్మయము నకును గల సన్నిహిత సంబంధములను చాలా తెలుసుకొనగలుగుదురు.

7వ అధ్యాయము

శ్రీ సూర్యోపాసనకు కావలసిన కవచ, యంత్రముల నిర్ణయము

ధ్యానము

శ్లో. “పద్మాననః పద్మకరో ద్విబాహుః ।

పద్మవ్యతిస్సప్త తురజ్జవాహః ।

దివాకరో లోకగురోః కిరీటి ।

మయి ప్రసాదం విదధాతు దేవః॥”

శ్రీ పరమేశ్వరుని సంకల్పస్వరూపమగు ఈ భువనేశ్వరుని, గుణము లేకయును గుణకారణదారుని, అపరిచ్ఛేదుడయ్యును జగద్బ్రాహ్మణి పరిచ్ఛేద స్వరూపుని ఈ ప్రత్యక్షదేవేళుని మనసా శిరసా పూజించి, ధ్యానించి సమస్కరించుటకు సగుణాలంకార విగ్రహ ప్రతీకాదులేగాక మరికొన్ని కవచ, యంత్రములున్న అవసరము. లోగడ అధ్యాయములో శ్రీ సూర్యారాధనా ప్రతీకవిషయములు నిర్ణయమైయున్నవి. ఈ అధ్యాయమున కవచయంత్రములను నిర్ధారణచేయవలసియున్నది.

శ్రీ సూర్యారాధనకు సూర్యకవచ మవసరమే. గాని సూర్యోపాసన షయములో ఈ జగజ్జాతమంతయు నవగ్రహస్పందన, పరిభ్రమణము తో సంబంధించినది గావున ఈ గ్రహరాట్టతోపాటు, ఆ గ్రహ సమ్మేళ ముంనుకూడ సగౌరవ ప్రతిపత్తిలో జూడవలయునుగాన పూజనీయమగు క్షగ్రహ కవచమున్ను కలిగియుండుట యుచితము. ఈ కవచము గ్రామాయణ సారోధారమను గ్రంథములో క్షిప్రంధాకాండమున విశ కరించబడియున్నది గావున దానినిండు చూపుచున్నాము. శ్రీ సూర్య, వగ్రహ కవచములు రెండింటిని పూజించవచ్చును. ఇక శ్రీ సూర్య యంత్రమును నిర్ధారణచేయవలసియున్నది. ఈ గ్రహేళుని యంత్ర మొకటి యప్పటికే అనుష్ఠానములో అనేకరకములుగ నున్నది. దీని నిర్ణయము

కూడ సులభసాధ్యము గాకపోవుటచే ఎవరును దీనిని సంపూర్ణ శక్తివంతముగ సంస్కరించియుండలేదు.

మంత్రం మంత్రపోషితము; మరియు యంత్రము మంత్రాత్మకమును యగును. శ్రీ సూర్యుని యంత్రము సాధ్యమైనంతవరకు సకల దేవ, దేవీ విభూతితత్వమునకు మహదావరణమై యుండవలయునని పూర్వమే చెప్పబడియున్నది. ఈ యంత్రము సమస్త పర, అపరా విద్యా త్మకమగు సకల సగుణ దేవారాధన సంజ్ఞలతో అంతర్గర్భితమై ఆ నిర్గుణ పరబ్రహ్మ అశరీర మహద్భక్తివంతమగు విభూతిరూపమై వెలయవలెను. అందులకు వలయుసర్వవిదేవీగణ, గుణములు యిందువర్సనము గావలయు. ఆయా దేవతలు, వారి మంత్రములు సూచించబడియుండు నామ, రూప, శత్యాదికములు తెలుపు నామాక్షర, మంత్రాక్షర, తత్వాక్షర, బీజాక్షరాది సంపుటియు, అనుష్ఠాన సాధ్యమును, సకలసుగుణ, సాత్విక, శక్తిప్రద, ముక్తిదమగు ముఖ్య మహామంత్రము లుండవచ్చును. అట్టి పవిత్ర సాంఖ్య సంఖ్యలతో, 'నామములతోను చిత్రింపబడిన ఈ యంత్రము మనోజ్ఞమై, మనోజనమై, సుప్రసన్న మనస్సంధానాకర్షణీయమై యొప్పునుగాక. మరియు ఇందివ్వబడిన విగ్రహ, ప్రతీక, యంత్ర, విషయాదు లెల్లయు సక్రమ, సద్విధి పవిత్రాసక్తి అనగా శుభేచ్ఛ ఆర్తి, అనుభవానుష్ఠానములో చాతుర్వర్ణ్య బల, అబల, పతిత, ఆశ్రిత ఆబాలగోపాలమునకు సులభవశీకరమై అత్యంత ప్రేమాస్పద భక్తవత్సలమై, అదియిదియనకను సమస్త సిరి సంపద్యోలభ్యకరమగు శుభకామ్యార్థదాయకమై కర్మపరిపాక విపాక ముక్తి ఫలప్రదమై ఉండవలయును.

ఈ యంత్రముతోపాటు శ్రీ సూర్యకవచము ప్రత్యేకముగను, సర్వ గ్రహానుగ్రహ కవచమున్ను చూపుచున్నారము. ఇందివ్వబడిన సూర్య యంత్ర అంతర్విషయములను మా పాఠకుల, ఉపాసకులయొక్క సూర్య మహిమజ్ఞాన విడంబముకొరకు వ్యాఖ్యానించుచున్నాము. అందు ముందు చెప్పవలసినది ఈ ప్రకృత్యధిష్ఠానుడు సూర్యుడు నిర్గుణ బ్రాహ్మేశక్తి మూలమునుండి యుద్భవించినాడని చెప్పబడినది. ఈ మహద్బ్రాహ్మేశక్తి

* ఎట్టిది, ఎక్కడిదను అనేకాంశములు మహాఋష్యాదులు ఋగ్వేదమున పలుచోట్ల హేతుభూతవాద మొనర్చి చివరకు సారాంశముగ 10-27-1-4 ఋక్కులో ఒక్క మహత్తరమగు అనిర్వాచ్యమైన శక్తినుండి యుద్భవించినదని, దానిని వాచ్యముగా “ఆభు” యని చెప్పుచున్నది. ఈ అర్థమునే పంచదశి, చిత్రదీపికలో 129-130 శ్లోకములున్న పిష్టట 136 శ్లో. వరకున్న, నృసిం-ఉ-తా-ఉపనిషత్తునందునువాస-సంహితలో 17-20 లోను ధృవమైయున్నది. నిర్వచనము:—

“ఆభు” = బ్రాహ్మేశక్తి “సర్వం ఆః + ఇదం” అని చెప్పబడినది. ఆః = ఆ + అస్ = ఆసీత్—సృష్టికి భూతకాలమునను యుండెను. గనుకను ఆః = ఆసీత్ = భువు. భువులోస్వయంభువత్వ మిమిడియున్నది. గాన, “ఆభు” అనగా మహాదద్భుత నిత్యత్వ నిర్గుణ బ్రాహ్మేశక్తియని నిర్ధారణ. ఈ అనంతనిర్గుణ బ్రాహ్మేశక్తినుండి జగదధిష్ఠానము సూర్యుడుద్భవించియున్నాడు గాన ఈ యంత్రమధ్యము “శుద్ధము—ఆభు” అయి యుండవలయును.

శ్రీ సూర్యభగవానుని యంత్రోద్భవనిర్ణయములకు కొన్ని సూచన శ్లోకములున్నవి. ఇవి గ్రంథములలో పాఠభేదమే గాక విషయ భేదములు కూడ గలవిగానున్నవి. ఏవిఎట్లున్నను ఒక్క ముఖ్యవిషయము నిర్ధారణ అయియున్నది గావున, అనగా, యంత్రమధ్యము “శుద్ధబిందు”వై యుండుటనుబట్టి వాటిని అంగీకరించవలసియున్నది. ఈశుద్ధబిందువును గూర్చి మరి యొక ప్రమాణముదహరించుచున్నాము. ఆ బిందు తత్వజ్ఞానమే దాని ప్రామాణ్యతను స్థిరీకరించును. ఈ విశుద్ధ బిందువు నిగమాగమ ప్రతిపాదిత

* ఈ సందర్భములో లోకమాన్యుడు, అర్షనిజ్ఞానపండిత ప్రకాండాగ్రగణ్యుండగు శ్రీ బాలగంగాధరతిలక మహాశయులువ్రాసిన గీతా రహస్యములో పేజీ 342 మొదలు 355 వరకుగలవ్యాఖ్య చూచేడి. దీనిచే చదువరులు బ్రహ్మయొక్క జగన్నిమిత్తి ఉపాదానకారణ రహితాత్మకమును గూడ తెలియగలరు. వీలునుబట్టి ఋగ్వేదములో ఋక్కులు 10-90.3, 10-31-7, 10-121-1, 10-130-3 చూచేడి.

మగు బృహత్ నవ చక్రగర్భమగు శ్రీ చక్రమునకును శుద్ధబ్రహ్మ తత్వాంశ్చైత హృదయమైయున్నది.

ఈ బిందువు మన ద్రష్టతకుగాను ఒక చక్రముగా చూపబడుచున్నది. * ఈ బిందువు దేహ, దేహాంతర, యంత్ర మంత్రాదుల కన్నింటికి మూలబిందువు వలయుము.

ఈ చక్రముయొక్క అవరణ అపరిమితమైన జగదావరణ. ఈ బిందువు నిర్గుణ బ్రహ్మసంపదమయము: అనిర్వాచ్య అవ్యాకృత అమూర్తిత, త్వము: అంతర్విదైహ నిర్వికల్ప సమాధ్యనుభవైక వేద్యముననేగ్రాహ్యము.

ఈబిందువు ప్రజ్ఞాన బ్రహ్మ స్వరూపము: సర్వాంతర్వర్తితమగుచుండు దీనికి ఏకైక అనాహత సచ్చిదానందశక్తి నిలయము. ఈ బిందువు సగుణ తత్వములో సద్యోజాతాది పంచబ్రహ్మత్మకము: మరియు జగత్కారణత్వ గాయత్రి, పార్వతి, త్రిపుర, లక్ష్మీ, సరస్వతి, దుర్గ, రాజరాజేశ్వరి, కాళీ నామైత్యాది సర్వ సమర్థయోగినిముద్ర “ఓం” “ఆం” బీజము. స్థాయి భావము దమము, శమము: రసము శాంతము.

ఈ బిందు మహాపీఠమున సద్యోజాత, వామదేవ, అఘోర, తత్పురుష, ఈశాన: పంచబ్రహ్మత్మకమును, సకలజగదీశ్వర, ఈశ్వరి శక్తితత్వాత్మకమును, భూనభోంతరాళ చతుర్దశ భువనవ్యవస్థాత్మకమును, నిరావరణైక

* శ్రీ చక్రములోని అంతర్భాగములు, 96 యోగినులు కల్యాది విషయములు “అంధ్రజ్ఞానము” Vol 5 యందు 2342 పేజీ Vol 6 లో 3217-3224 పేజీలలో శ్రీ చక్రములో చూచేది. 7 అవరణలు 96 యోగినులుండును.

- | | |
|-------------------------|---------------------------------|
| 1. త్రైలోక్యమోహన చక్రము | అణుమాదియోగినులు |
| 2. సర్వసంక్షోభణ | సర్వ సంక్షోభిణీ, సర్వవిద్రావిణి |
| 3. సౌభాగ్యకారక | బ్రహ్మ, మహేశ్వరి వగైరా |
| 4. సర్వార్థసాధక | సర్వసిద్ధి, సర్వప్రియంకరి etc |
| 5. సర్వరక్షకర | సర్వజ్ఞా, సర్వశక్తి etc |
| 6. సర్వరోగహర | వసినీ-కామేశ్వరి etc |
| 7. సర్వాచపరిపూరక | కామాకర్షిణి, బుద్ధాకర్షిణి etc |

మగు బృహత్ నవ చక్రగర్భమగు శ్రీ చక్రమునకును శుద్ధబ్రహ్మ తత్వాంశ్చరిత హృదయమైయున్నది.

ఈ బిందువు మన ద్రష్టతకుగాను ఒక చక్రముగా చూపబడుచున్నది. * ఈ బిందువు దేహ, దేహాంతర, యంత్ర మంత్రాదుల కన్నింటికి మూలబిందువు వలయము.

ఈ చక్రముయొక్క అవరణ అపరిమితమైన జగదావరణ. ఈ బిందువు నిర్గుణ బ్రహ్మానందమయము: అనిర్వాచ్య అవ్యాకృత అమూర్తితత్వము: అంతర్నిత్య నిర్వికల్ప సమాధ్యనుభవైకవేద్యముననేగ్రాహ్యము.

ఈబిందువు ప్రజ్ఞానబ్రహ్మస్వరూపము: సర్వాంతర్వర్తితమగుచుండు దీనికి ఏకైక అనాహత సచ్చిదానందశక్తి నిలయము. ఈ బిందువు సగుణ తత్వములో సద్యోజాతాది పంచబ్రహ్మత్మకము; మరియు జగత్కారణత్వ గాయత్రి, పార్వతి, త్రిపుర, లక్ష్మీ, సరస్వతి, దుర్గ, రాజరాజేశ్వరి, కాళీ నామైత్యాది సర్వ సమర్థయోగినిముద్ర “ఓం” “అం” బీజము, స్థాయి భావము దమము, శమము: రసము శాంతము.

ఈ బిందు మహాపీఠమున సద్యోజాత, వామదేవ, అఘోర, తత్పురుష, ఈశాన: పంచబ్రహ్మత్మకమును, సకలజగదీశ్వర, ఈశ్వరి శక్తితత్వాత్మకమును, భూనభోంతరాళ చతుర్దశ భువనవ్యవస్థాత్మకమును, నిరావరణైక

* శ్రీ చక్రములోని అంతర్భాగములు, శిరియోగినులు ఇత్యాది విషయములు “అంధ్రజిజ్ఞాసము” Vol 5 యందు 2342 పేజీ Vol 6 లో 3217-3224 పేజీలలో శ్రీ చక్రములో చూచేది. 7 అవరణలు శిరియోగినులుండును.

- | | |
|-------------------------|----------------------------------|
| 1. త్రైలోక్యమోహన చక్రము | అణుమాదియోగినులు |
| 2. సర్వసంక్షోభణ | సర్వ సంక్షోభిణీ, సర్వవిద్రావిణి |
| 3. సౌభాగ్యకారక | బ్రహ్మ, మహేశ్వరి వగైరా |
| 4. సర్వార్థసాధక | సర్వసిద్ధి, సర్వప్రియంకరి etc |
| 5. సర్వరక్షకర | సర్వజ్ఞ, సర్వశక్తి etc |
| 6. సర్వరోగహర | వసినీ-కామేశ్వరి etc |
| 7. సర్వాచపరిహారక | కామాకర్షిణి, బుద్ధ్యాకర్షిణి etc |

* ఎట్టిది, ఎక్కడిదను అనేకాంశములు మహాఋష్యాదులు ఋషులచోట్ల హేతుభూతవాద మొనర్చి చివరకు సారాంశముగ 10 ఋక్కులో ఒక్క మహత్తరమగు అనిర్వాచ్యమైన శక్తినుండి యనవని, దానిని వాచ్యముగా “ఆభు” యని చెప్పుచున్నది. ఈ పంచదశి, చితదీపికలో 129-130 శ్లోకములున్న పిష్కట వరకున్న, స్మరిం-ఉ-తా-ఉపనిషత్తునందునువాస-సంహితలో 17-ధృవమైయున్నది. నిర్వచనము:—

“ఆభు” = బ్రాహ్మేశక్తి “సర్వం ఆః + ఇదం” అని చెప్పి ఆః = అ + అస్ = ఆసీత్—సృష్టికి భూతకాలమునను యుండెనను ఆః = ఆసీత్ = భువు. భువులో స్వయంభువత్వ మిమిడి, గాన, “ఆభు” అనగా మహాదద్భుత నిత్యత్వ నిర్గుణ బ్రాహ్మ నిర్ధారణ. ఈ అనంతనిర్గుణ బ్రాహ్మేశక్తినుండి జగదధిష్ఠానము డుద్భవించియున్నాడు గాన ఈ యంత్రమధ్యము “శుద్ధము—ఆభు యుండవలయును.

శ్రీ సూర్యభగవానుని యంత్రోద్భవనిర్ణయములకు కొన్ని శ్లోకములున్నవి. ఇవి గ్రంథములలో పాఠభేదమే గాక విషయ కూడ గలవిగానున్నవి. ఏవిఎట్లున్నను ఒక్క ముఖ్యవిషయము అయియున్నది గావున అనగా, యంత్రమధ్యము “శుద్ధబిందు”వై బసుబట్టి వాటిని అంగీకరించవలసియున్నది. ఈ శుద్ధబిందువును గుయొక ప్రమాణముదహరించుచున్నాము. ఆ బిందు తత్వజ్ఞాన ప్రామాణ్యతను స్థిరీకరించును. ఈ విశుద్ధ బిందువు నిగమాగమ ప్ర

* ఈ సందర్భములో లోకమాన్యుడు. ఆర్షవిజ్ఞానపండిత డాగ్రగణ్యుండగు శ్రీ బాలగంగాధరతిలక మహాశయులు వ్రాసిన గీర్ణ్యములో పేజీ 342 మొదలు 355 వరకుగలవ్యాఖ్య చూచేడి. సదుపయోగములకు జగన్నిమిత్తి ఉపాధానకారణ రహిత, హృదయ తెలియగలరు. వీలునుబట్టి ఋగ్వేదములో ఋక్కులు 10. 10-31-7, 10-121-1, 10-130-3 చూచేడి.

బ్రహ్మనందమూర్తి చైతన్యమును విశిష్టమై ఉపాసకునకు సకలశాస్త్ర వేదాంగ, షన్నవతి యోగినీతత్వ సమాధిజ్ఞాన సోపాన సౌకర్యం సర్వాభీష్టసిద్ధిప్రదమైయుండునని తెలుసుకునేది.

మనము ప్రస్తుతము ధరించిన శరీర సాత్విక, నిర్దోగ, ముక్తిప్రద జీవిత సాధనకుగాను పరాశక్తివంతుడగు శ్రీ సూర్యుని ఆరాధింపనెంచి ఏతన్మంత్రానుష్ఠానమును చేయ నుద్యుక్తుల న్నాము. శ్రీ స్వామివారి జపమంత్రముల శక్తిపాత మహిమలను టింపిదివరకు హెచ్చరించియున్నాము. సాధకుడు తన శక్తి సాఃలను బట్టి ఆయా మంత్రానుష్ఠానమును సవరణచేసుకొనవచ్చును. యోగమునకు ఉన్న హోమ తర్పణ సాధనాంగములలో ముఖ్యమైనవి రెండు, ఒకటి మంత్రము రెండవది యంత్రము. ఇందు మంత్రము కూర్పు. అక్షరశక్తి, వాటి సంయుక్తమహిమ, బీజాక్షరసంపుటి, ప్రయోగబలము, వీటన్నిటి సమాహితశక్తిసిద్ధివిషయములుచెప్పినకొగునవిగావు: అనుమానములు అసంఖ్యాకములు: వ్యాఖ్యానములువివిధములు విమర్శలు ఒకసాగరము. మంత్రములు, మంత్రశాస్త్రములు అప

మనోమయ సమాధులు షడ్విధములు :-

- | | |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------|
| సవికల్పక సమాధి 4 విధములు. | నిర్వికల్పక సమాధి-2 విధములు. |
| 1. అంతశ్శబ్దానువిధము | 1. బాహ్య నిర్వికల్పకసమాధి (గ్రహణసమాధి) |
| 2. అంతర్దృశ్యానువిధము | 2. అంతర్ నిర్వికల్పకసమాధి (గృహీతసమాధి) |
| 3. బాహ్యశబ్దానువిధము | నిర్వికల్ప సమాధిలో ధ్యేయమంతరించును. దీనినిగ్రాహణసమాధి అంటారు. |
| 4. " దృశ్యానువిధము | సమాపత్తియందురు. |

“ఆంధ్రవిజ్ఞానము” దేవిది జమీందారుగారి ప్రణీతము-రాజమండ్రి. Vol. VI Page 3316. 7 అవరణలుండును : అయోగినులు పేర్కొందును.

వారములు: అవియును దేశ. కాల, వృత్తిభిన్నములు: పైగా మధ్యస్థుల స్తోత్కర్షణ మెందు. గనుక ఈశ్వరానుగ్రహమును పొందదలచిన ఉపాసనాసక్తుడు అసమాన ప్రతిభావంతుడగు తన సద్గురువునే ఆశ్రయించి, విశ్వాసప్రపూర్ణుడై ఏకపంథాలో తన గురినిజేరుటకే నిర్ణయించుకొనవలయును.

మంత్రము నిష్కలము, నిష్క్రియము: నిరాభాస శుద్ధ స్పటిక సంకాశం, నిర్మలమ్: పరమ శాంతం, పరమ అమృతం, దుర్జయమ్, దేవ హృదయము. ఇక యంత్రమో మంత్రపోషిత చిత్కళాత్మకము. యంత్రము, మంత్రముయొక్క పరేంజితజ్ఞాన అపరోక్షానుభూతి సంస్కార స్వరూపము. మంత్రము తంత్రలక్షణము, యంత్రము దాని శక్తిదృత లక్ష్యము. మంత్రము బాహ్యీభావము యంత్రము దాని ప్రత్యక్ష సూత్రప్రకటనము. మంత్రం జ్ఞాన సంభవము. దానికి యంత్రము ఆర్చనాస్థానము మంత్రము మననీయము యంత్రము నమస్కృతీయము. ఇటుల వాటి యవినాభావ సంబంధము నిర్బేద్యము, సమ్యక్ శక్తివంతము, శుభంకరము. గమకను యంత్రముగూడ మంత్రమునుపోలి స్ఫోటముగ నుండవలెను.

యంత్రము మంత్రమునకు సర్వాంగదర్శన సోపపత్తికసహకారము నివ్వవలెను. మంత్రయంత్రములుజీవునకు భూ. భువస్సువర్లోకముల గమనమునకు వాహికచక్రములు. యివి తపోయోగరథ పార్శ్వస్థములు. ఇవి సమగతి గమనసమర్థములు. గాన, మంత్రశక్త్యాంగములన్నియు యంత్రమున దృశ్యమానమగుట ధర్మమేగాని వృత్తవిశాల పరిమాణమును మించి చొనుపుటలో యంత్రసమతలముభారవింద విలక్షణ సౌందర్యము భీభత్సమగును. ఈ పరావిద్యవిషయికకోశములో అపరావిద్య సగుణ తత్వాంగము లెన్నియైన యిచుద్భవచ్ఛును: * లేదా, శ్రీ చక్రమున ప్రతీతమగు షన్నవతి

* శ్రీ చక్రము—నవచక్ర, షన్నవతియోగినీతత్వములు

- | | |
|-------------------------|------------------------|
| 1. త్రైలోక్యమోహన చక్రము | 6. సర్వరక్షకరము చక్రము |
| 2. సర్వాశాపహరక " | 7. సర్వరోగహరము " |
| 3. సర్వ సంక్షోభణ " | |

వారములు: అవియును దేశ. కాల, వృత్తిభిన్నములు: పైగా మధ్యస్థుల స్తోత్కర్షణ మెండు. గనుక ఈశ్వరానుగ్రహమును పొందదలచిన ఉపాసనాసక్తుడు అసమాన ప్రతిభావంతుడగు తన సద్గురువునే ఆశ్రయించి, విశ్వాసప్రపూర్ణుడై ఏకపంథాలో తన గురినిజేరుటకే నిర్ణయించుకొనవలయును.

మంత్రము నిష్కలము, నిష్క్రియము: నిరాభాస శుద్ధ స్పటిక సంకాశం, నిర్మలమే: పరమ శాంతం, పరమ అమృతం, దుర్జయమ్, దేవ హృదయము. ఇక యంత్రమో మంత్రపోషిత చిత్కళాత్మకము. యంత్రము, మంత్రముయొక్క పరేంజితజ్ఞాన అపరోక్షానుభూతి సంస్కార స్వరూపము. మంత్రము తంత్రలక్షణము. యంత్రము దాని శక్తిదృఢత లక్ష్యము. మంత్రము బాహ్యీభావము యంత్రము దాని ప్రత్యక్ష సూత్రప్రకటనము. మంత్రం జ్ఞాన సంభవము. దానికి యంత్రము అర్చనాస్థానము మంత్రము మననీయము యంత్రము నమస్కృతీయము. ఇటుల వాటి యవినాభావ సంబంధము నిర్బేద్యము, సమ్యక్ శక్తివంతము, శుభంకరము. గనుకను యంత్రముగూడ మంత్రమునుపోలి స్ఫోటముగ నుండవలెను.

యంత్రము మంత్రమునకు సర్వాంగదర్శన సోపన త్తికసహకారము నివ్వవలెను. మంత్రయంత్రములుజీవునకు భూ. భువస్సువర్లోకముల గమనమునకు వాహికచక్రములు. యివి తపోయోగరథ పార్శ్వస్థములు. ఇవి సమగతి గమనసమర్థములు. గాన, మంత్రశక్త్యాంగములన్నియు యంత్రమున దృశ్యమానమగుట ధర్మమేగాని వృత్తవికాల పరిమాణమును మించి చొనుపుటలో యంత్రసమతలముభారవింపద విలక్షణ సౌందర్యము భీభత్సమగును. ఈ పరావిద్యవిషయికకోశములో అపరావిద్య సగుణ తత్వాంగము లెన్నియైన యిమధ్యవచ్చును: * లేదా, శ్రీ చక్రమున ప్రతీతమగు షన్నవతి

* శ్రీ చక్రము—నవచక్ర, షన్నవతియోగినీతత్వములు

- | | |
|-------------------------|------------------------|
| 1. త్రైలోక్యమోహన చక్రము | 6. సర్వరక్షకరము చక్రము |
| 2. సర్వాశాపరిహారక " | 7. సర్వరోగహరము " |
| 3. సర్వ సంక్షోభణ " | |

బ్రహ్మానందమూర్తి చైతన్యమును విశిష్టమై ఉపాసకునకు సకలశా
వేదాంగ, షన్నవతి యోగినీతత్వ సమాధిజ్ఞాన సోపాన సౌకర్య
సర్వాభీష్టసిద్ధిప్రదమైయుండునని తెలుసుకునేది.

మనము ప్రస్తుతము ధరించిన శరీర సాత్విక, నిద్రోగ,
ముక్తిప్రద జీవిత సాధనకుగాను పరాశక్తివంతుడగు శ్రీ సూర్య
నుని ఆరాధింపనొచ్చి ఏతన్మంత్రానుష్ఠానమును చేయ నుద్యుక్తు
న్నాము. శ్రీ స్వామివారి జపమంత్రముల శక్తిపాత మహిమలను
టినిదివరకు హెచ్చరించియున్నాము. సాధకుడు తన శక్తి సా
లను బట్టి ఆయా మంత్రానుష్ఠానమును సవరణచేసుకొనవచ్చును.
యోగమునకు ఉన్న హోమ తర్పణ సాధనాంగములలో మ
రెండు, ఒకటి మంత్రము రెండవది యంత్రము. ఇందు మ
కూర్పు. అక్షరశక్తి, వాటి సంయుక్తమహిమ, బీజాక్షరసంపుట
ప్రయోగబలము, వీటన్నిటి సమాహిత శక్తిసిద్ధివిషయములు చెప్పినక
గునవిగావు: అనుమానములు అసంఖ్యాకములు: వ్యాఖ్యానములువి
విమర్శలు ఒకసాగరము. మంత్రములు, మంత్రశాస్త్రములు ఆ

మనోమయ సమాధులు షడ్విధములు :—

సవికల్పక సమాధి 4 విధములు.

నిర్వికల్పక సమాధి-2

1. అంతశ్శబ్దానువిధము

1. బాహ్య నిర్వికల్పకస

(గ్రహణస

2. అంతర్దృశ్యాను "

2. అంతర్ నిర్వికల్ప

(గృహీత

3. బాహ్యశబ్దాను "

నిర్వికల్ప సమాధిలో

మంతరించును. దీనినిగ్ర

4. " దృశ్యాను "

సమాపత్తియందురు,

"అంద్రవిజ్ఞానము" దేవిది జమీరదారుగారి ప్రణీతము
రాజమండ్రి. Vol. VI Page 3316. 7 అవరణలుండును :
యోగినులు పేర్లుండును.

యోగినీతత్వములు లేక అక్షకారాంత షట్పంచదశ సర్వాక్షరబీజములను గుప్పించవచ్చునుగాని ఈ బహ్మయంత్ర సమతల దర్పణము గజిబిజియై అస్పృశ్యమై భావమారమై శక్తివికృతమై, అబోధావహమై నిరర్థకముగా గలదు. మంత్రమంత సలిలమో యంత్రమును అంత రూపవిలక్షణమై సాకర్షణీయమై, సర్వ సౌందర్యమనోజ్ఞాన్వికృతమైన భంగిమమై భావ సౌశీల్యమును, భక్తి ప్రేతమును, శరణాగతపత్నలతయును అందు కన్పట్టి సాధకుని సర్వ సమ్మోహనమొనర్చి, సర్వరక్షణీయై, సర్వకామ్యాభీష్ట దాయకమై సముక్తివముగ నుండవలయును. మంత్రమునకు ఉక్తి, మనన సౌభ్యము లెట్టివో యంత్రమునకు శరణ అభయ దృక్పరణమును అట్లే యొప్పునుండవలెను. గనుక ఈ సర్వాభీష్టదాయక సూర్యయంత్రమునందు ముఖ్యాంశములనెల్లను పూర్ణసంజ్ఞలతో ప్రకటనమొనర్చుచు మంత్రయంత్ర ద్వయ విలక్షణ వైభవములను సంపూర్ణముగ వ్యక్తపరచుచున్నదని పాఠకులు గ్రహింతురుగాక.

ఇక యిప్పుడు ప్రచారములోనున్న యంత్రనిర్మాణ శ్లోకములలో మాకు లభ్యమైనవాటిలో శాస్త్రీయమైనదాని ననుసరించెదముగాక.

—: యంత్రోధార శ్లోకము :—

* శ్లో. బిందు త్రికోణ వృత్తంచషడ్కోణం వృత్తయుగ్మకమ్ ।

వసుకోణం తథావృత్తిం ద్వాదశారం క్రిక్రితమ్ ।

త్రైరావృత్తం విభిఖ్యే సౌరయంత్రం విధీయతే॥

4. సర్వసౌభాగ్యదాయక చక్రము 8. సర్వసిద్ధిప్రదాయక చక్రము

5. సర్వార్థసాధక " 9. సర్వానందమయ "

ఈ చక్రములలో 18 అణిమాది సిద్ధులు, వాటి ఆధిదేవతలు, అష్ట శక్తిమాతృకలు దుర్గ, లక్ష్మి యిత్యాదులు, సర్వవశీకాణి సర్వశీశాదిదశ ముద్రాదిదేవతలు, కామకర్షిణి, శబ్దకర్షిణి యిత్యాది షోడశాకర్షణిదేవతలు, 19 పూర్ణ మాత్రాకలయిత్యాది 96 యోగినీతత్వములున్నవి, "అంద్ర విజ్ఞానము" 6 సంపుటము 3217-3224 పేజీలు చూచేద.

చతుర్థక భువనపాలక సౌరమహాయంత్ర నిర్మాణసూత్రములలో దేని యందు యంత్ర-మధ్యము శుద్ధబిందువై యుండునో నద్దానిని శాస్త్రీయమన దగును. ఆ విశుద్ధ నిర్గుణ బ్రహ్మమునుండి బ్రహ్మాండాండ తేజోపిండము సూర్యబాగుడువయించెను. పిమ్మట అందుండు చతుర్థశావరణములలోపిని లిఖించబడవలెననునది తెలియవలెను. తేజోపిండాండము చుట్టునున్న త్రికోణ, వృత్తములలో ఓంకారమును నాచము - (శబ్దము) * త్రినేత్ర విశ్వాగ్ని (జ్వాల-కాంతి) ఉద్భవించుట చూపబడినది. పిమ్మట నిరావరణ మగు ఆకాశము చూపబడినది. ఇంతవరకును చూపబడినది శ్రీ సూర్యోద్భవస్థితి.

• ఈసందర్భములో మేమనేక పూజాయంత్రములు చూడడమైనది. వాటియందు ఈ శుద్ధ-మధ్యబిందువులేదు. ఆ దేవతలయొక్క బీజాక్షరము లుండును. లేదా ఓంకారముండును. ఆయంత్రములు సగుణ దేవతారాధనకు సంబంధించినవి గనుక అవి ఎట్లుండినను సంమంజసమే. గాని సౌరోపాసన నిర్గుణబ్రహ్మతత్వోపాసన గనుకను మోక్షైత్మకమని తెలుసుకునేది. సౌర అష్టాక్షరీ మహాయంత్ర విద్యారణ్య-బాష్యము ఈ విషయమును స్పష్టికరించినది. గనుకను. ఈ యంత్రములో సూర్యుని నిర్గుణాధిష్టానమును. మంత్రలక్ష్మ్యము నగు మోక్షప్రాప్తగమ్యస్థానమును తెలుపుటకు శుద్ధ-బిందు మధ్యమే శాస్త్రీయము.

* ఈ శ్లోకమును సామ్యముగా తీసుకుని అందున్న సూర్యమండలము చుట్టును కొన్ని మార్పులతో యిందలి సకలసిద్ధి సూర్యయంత్రము నిర్మితమైనది. (ఈ విషయము 811వ పేజీలోని శ్లోకమును గురించి)

* పచ్చటనైతే బ్రహ్మాండమైన అనంత వ్రాహ్మేశక్తి ఘనీభూత మగునో అచ్చట మొట్టమొదట శబ్దము (ఓం) రెండవది వెలుగు (త్రినేత్రాగ్ని) ఉద్భవమగును. గనుక మామూలుగ సూర్య యంత్రములందు త్రివ్యాపృతులుగాని, బిందుమధ్యమున ఓం గాని చూపుట సరిగాదని మా ఆభిప్రాయము.

మేమిందు ప్రచురించు యంత్రము యిప్పుడు ప్రచారములో నుండి సూర్యనమస్కారములు చేయుటకే ఉపయోగపడునున్న సౌరయంత్రము గాదు. ఇది సర్వభువన జీవకోటి మనోభీష్టసిద్ధిదాయకముగ నుండగల “శ్రీసూర్యనారాయణ చతుర్దశభువనపాలకసకలసిద్ధియంత్రం” అయినది. ఇది ఒక ప్రత్యేకియంత్రముగా భావించవలెనేగాని, సౌరయంత్రమని ఇప్పుడు ప్రచారింపబడుచున్నదనివలె లేదను వ్యాఖ్యానములకు తావులేదు. దీనినొక ప్రత్యేకలక్ష్యముతో, మేము దీని నిర్మాణవిషయై సూచించిన దృష్టితోనే చూచి ఒక నూత్న విధానముతో పూజించి చతుర్విధ పురుషార్థ ఫలసిద్ధికిని అర్హులు కాగలరని తెలియవలెను. ప్రస్తుతకాలములో, సూర్యునియందు గల అనిష్టవ్యమగు మహాద్రుహ్యత్మకశక్తిగలదను జ్ఞానము మనలో అంతరించి “ఆరోగ్యం భాస్కరాచ్యేత్” అనేటంతవరకే ఆయన ఆరాధనను ఉపయోగించుకొనుచున్నాము. ఈ కారణమునుబట్టియే ఇప్పటి ప్రచారములోనున్న సౌరయంత్రము సూర్యమండలమునుమాత్రము బహుక్లుప్తముగ సూచించుచున్నది. మాయంత్రము అటులగాక అందు సూర్యునికిగల అనంతశక్తిపోషణ చూడగలుగుదురు. శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తి నిర్గుణబ్రహ్మత్వ సంకల్పమాత్ర స్వరూపుడై జగత్కర్త, భర్త, హర్త యగుటలో లోకమందు ఉద్భవించిన సమస్త పర, అపరావిద్యలకు మూలపురుషుడగుచున్నాడు. సకల సగుణారాధనలు ఈయనయందుండియే ఉద్భవించినవిగనుకను వాటి సకల కామ్య మనోభీష్టఫలములను యివ్వగలిగిఉండి, పైన శాశ్వత బ్రహ్మలోకప్రాప్తిని, క్రమము క్రిని, హంసకల్ప విధానోపాసనవల్ల సద్యస్కాల బ్రహ్మైక్యత్మక మనోలయమునుకూడ ప్రసాదించగలట్టి అఖండైశ్వరస-సచ్చిదానంద తేజోమూర్తియని శృతి ప్రమాణైకపేద్యము. గావున ఏ ఏ ఉపాసకుడు వాని వానిశక్తిసామర్థ్యములనుబట్టి, అపసరములనుబట్టి,

• శ్రీలక్ష్మీనారాయణ యంత్రము, కుబేర యంత్రము, హనుమద్యంత్రము, గణేశ యంత్రము, శ్రీరామయంత్రము యిత్యాదులు అనేకములను గుప్తాగరి పంచాంగములో చూడవచ్చును. ఈ సూర్యయంత్రములే పలుచోట్ల అనేకములున్నవి. (ఇది 81వ పేజీలో, ఈ గుర్తుకు చెందినది).

వయఃక్కాల * ధర్మములనుబట్టి, ఆశ్రమముల భేదములనుబట్టి, ఏ ఏ శక్తిని, ఫలమును ఆశించునో అట్టివాటినిన్నిటిని సఫలీకృతము చేయగలిగినట్టి ముఖ్య, సర్వసాత్వికసీద్ధి మంత్రములను, గణములను, బీజములను ఈ సూర్య యంత్రమున ప్రతిష్ఠితమై, స్ఫుటమై యున్నవి. ఈ యంత్రమును వారు వారు అనుష్ఠించు మంత్రముతో సహకరించుకుని యుపాసించునెడల కృతకృత్యులు కాగలరని విశ్వసించినయడల శ్రేయోదాయకమని గ్రహించవలెను. ఎవరెవరుచేయు శివ-పంచాక్షరీ ఇత్యాదిమంత్రములు శ్రీరామతారక, గజశ, బాల, ధాకిని, చండీ, ముండి యిత్యాది మంత్రములు, శ్రీ, పురుష దేవదేవీ, వ్రత, ఉపాసనలు, సకల కామ్యార్థములు, అష్టాదశ అణిమాదిసీద్ధులు, సిరిసంపద్నంతాన రాజ్యాది మహావైభవోపేత సౌభాగ్యములు, యింద్రలోక, చంద్రలోక, సత్యలోక, స్వర్గలోక, బ్రహ్మలోకాది సమస్త దివ్యలోక గమనములు మున్నగు సర్వమంగళ సంప్రాప్తములు ఈ మహామూర్త్యుపాసనవల్లనే ఈ యంత్ర, మంత్ర భేదములతో సాధించుకొనవచ్చుననుట నిర్వివాదాంశము, నిశ్శంకార్థము. గనుక, ఉపాసకుని మనోబలమునుబట్టిన్ని సూర్యమండలము చుట్టును యంత్రమునందు లేఖన మొనర్చిన, బీజ, సూత్రముల నిర్ణయమును బట్టిన్ని యిందు మేమిచ్చిన ఈయంత్రము జీద్రము మొదలు భద్రము వరకు షన ఐహిక, ఆముష్మిక, అధ్యాత్మిక, తాత్విక కార్యార్థములలో వలయు దానిని ఉపాసనలో ఉత్తేజపరచి, ఉజ్వలించి ఫలింపజేసి, తత్కార్యార్థిని పుష్టి, తుష్టి, సంతుష్టిపరచి కృతార్థుని చేయగలడు. ఇప్పుడు యిందివ్వబడిన మా సూర్యచక్ర-యంత్రము సర్వసాత్విక శుద్ధ చైతన్యోపేతమై చాతుర్వర్ణ్య

- * ఆశ్రమములు రెండురకములు;— 1. చతుర్వర్ణాశ్రమములు, 2. బ్రహ్మచర్య, గృహస్థ, వానప్రస్థ, సన్యాసాశ్రమములు.

చతురాశ్రమ ఉపాసకలోక జీవుల సకల శుభాశయములు సర్వ శుభేచ్ఛలు, సమస్త కామార్థ, పుర్వార్థ. అత్యర్థములు, శీఘ్ర శుభవర్షదములు కాగలుగు పేద, ఉపనిషద్సంబంధమైన నిర్గుణ సగుణారాధనోపాసన ప్రయత్నముగు బీజములను. మంత్రములను కలిగియున్నది. గనుక సర్వశక్తివంతమును, సర్వ శ్రేయస్కరముయైయున్నదని తెలుసుకుని ఆరాధింతురుగాక.

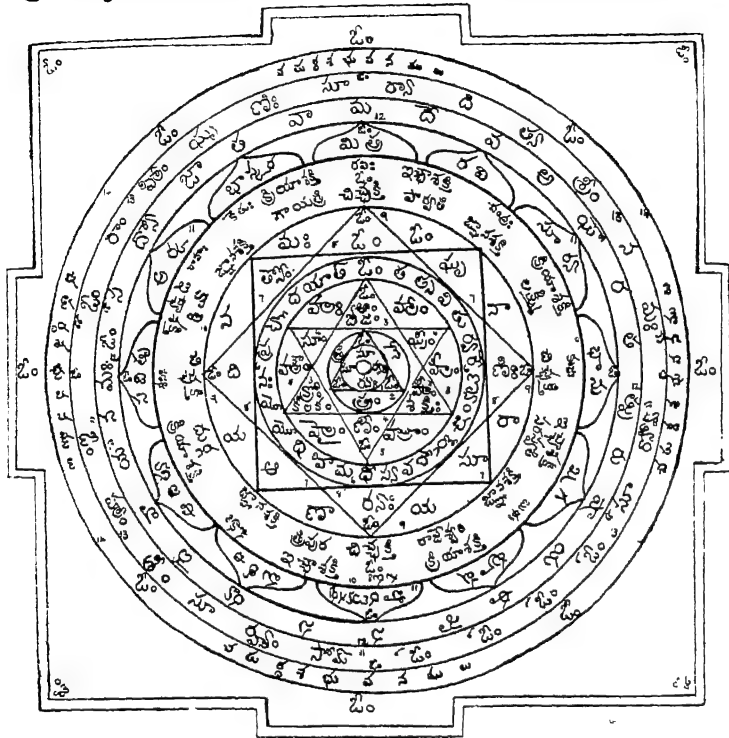
శ్రీ సూర్యారాధనోపాసన ప్రప్రథమ ఆర్య సాంప్రదాయ ఆరాధన. ఇది సర్వార్థ శృతి, స్మృతీత్యాది సుజ్ఞాన ఖని. సమస్త సగుణ నిర్గుణారాధనలకు శ్రీ సూర్యారాధన ఎంత తలకట్టో సర్వదేవతాయంత్రములకును శ్రీ సూర్యయంత్రము అధిష్టానయంత్రమై యొప్పవలెను. ఇది పరావిద్య యంత్రము. ఇందు సకల శివరావిద్యయంత్రముల సూత్రములు సూక్ష్మముగ ఇమిడి యుండవలెను. ప్రస్తుతాంశమునకు తగినటుల అతి ముఖ్య చిహ్నములను, లేఖనమైన వివరములను దిగువ కనపర్చుచున్నారము. దీనిపైని వృద్ధిని ఎవరైనను మాకు తెలియపర్చుచో రెండవ ముద్రణమున కృతజ్ఞులతో సవరింతుముగాక.

—: శ్రీ సూర్యయంత్ర వివరములు :—

ఇది శ్రీ సూర్యనారాయణ చతుర్దశ భువనపాలక సకలసిద్ధి యంత్రము. ఈయంత్రమునకు అధిష్టానము సూర్యుడు. సర్వదేవ భావములకు శుద్ధ నిర్గుణ బ్రహ్మతత్వమే మూలముగనుక ఈ యంత్రమధ్యము నిర్గుణ తత్వ చిహ్నమైనట్టి శుద్ధబిందువై యున్నది. దీనినుండి శుద్ధ బ్రహ్మత్వకమగు నిశ్శరీర, నిష్కళంక, నిష్కల, నిష్క్రియారాధ్యుడగు సూర్యోర్భవ

• అష్టాదశ అణిమాదిసిద్ధులు:—అణిమ, లఘిమ, ప్రాప్తి, ప్రకామ, మహిమ, ఈశత్వము, వశిత్వము, సర్వజ్ఞత్వము, దూరదర్శిత్వము, దూరశ్రవణము, పరకాయప్రవేశము, వాక్స్పద్ధి, కల్పవృక్షత్వము, ప్రభుత్వము, సంహారత్వము, సర్వాగ్రత్యము, సర్వకామావసానత్వము అనగా జితేంద్రియత్వము, అమరత్వము. (ఈ విషయము 83 వ పేజీలో గుర్తుకుచెందినది)

శ్రీ సూర్యనారాయణ చతుర్దశ భువనపాలక సకలసిద్ధియంత్రము



చతుర్దశ భువనములు

అతల. వితల, సుతల, తలాతల, రసాతల, మహాతల, పాతాళ
ములు. భూలోక, భువర్లోక, సువర్లోక, స్వర్గలోక, జనలోక
కపోలోక, మహాలోకములు.

“సూర్యః” (సూర్యుడు) మగుచున్నది. శుద్ధ నిర్గుణ బ్రహ్మతత్వసంకల్ప ర్యః

సృష్టి బ్రహ్మాండతేజఃపిండాండముగ సూర్యస్వరూపమై త్రినది గావున సూర్యుడు శుద్ధ పరబ్రహ్మముగను సూర్యోపాసన శుద్ధ పరబ్రహ్మోపాసన గను ఎచబడినది గుటచే సృష్టిక్రమము సూర్యుని పిమ్మటనే ప్రారంభము గావున యంత్రావరణమును సూర్యస్థానముపిమ్మటనుండియే మొదలిడుచున్నది.

—: కోణములు — వృత్తములు :—

1, 2:— మొదటి ఒకటి రెండు ఆవరణలు త్రికోణము, వృత్తము. మొదటి ఆవరణమగు త్రికోణమందు పరబ్రహ్మముయొక్క నాదస్వరూపము ఓంకారము చూపబడినది. రెండవ ఆవరణయగు వృత్తమునందు పరబ్రహ్మత్వక స్వప్రకాశ [కాంతి] స్వరూపము “అగ్ని”ని “త్రినేత్ర”ముగా చూపడమైనది. ఈ త్రినేత్రమే “విశ్వాగ్ని”, Terrestrial Electronic Atomic Heat, సమస్త చరాచరభూతాంతర్గత వ్యాపకమై పరగుచున్నది. కొన్ని యంత్రములందు మధ్యభిందువుతో ఓంకారముచూపుట సామ్రాజ్యముగానని ఇదివరకే నిరూపణచేసియున్నాము. ఓం సూర్యోద్భవముతో ఏర్పడుచున్న (మన జ్ఞానమునకు) ఆకాశముతో అవినాభావ అవిభాజ్య సంబంధముగ ఉద్భవించు బ్రహ్మనాదము. “ఆకాశాత్ బ్రహ్మ” “నాదం బ్రహ్మ” ఆకాశమందు నీలము భ్రమ. ఆకాశము బ్రహ్మపరిణామమని శృతి ప్రమాణము. శుద్ధబ్రహ్మ సంకల్పస్వరూపము సృష్టియనుచున్నాము. ఇచ్చట సంకల్పము అను పదమునకు శబ్దార్థము అన్వయించదు, ఏలనన శుద్ధ బ్రహ్మము నిశ్శరీరి, నిష్కలము, నిష్క్రియము. సంకల్పించుటకు మనకు వలె మనస్సులేదు. గనుక సూక్ష్మార్థము గ్రహించవలెను. శుద్ధబ్రహ్మము అనంతము అనివర్ణ్యము, వాఙ్మానసగోచరాతీతము, అనూహ్యమునగు శక్తి “ఆభు”. ఇట్టి ఆ మహావ్యక్తికి ఘనీభూతత్వము వ్యాపకము యిత్యాది గుణములు అంతర్నితము. స్వభావము. ఈ బ్రహ్మశక్తి ఘనీభూత మగుటే

యిచ్చట సంకల్పమని తెలుసుకొనవలెను. యిట్టి ఘనీభూతము ఎప్పుడు ఎందుకు, ఎప్పుట, ఏలాగునను యిత్యాది మన అల్పప్రశ్నావళికి అతీతము అది సర్వస్వతంత్ర, నిరంకుశ, సర్వస్వామ్య సంకలనము. [Ever Science does not admit of the question Why?]. బ్రహ్మశక్తిఎచ్చట నైనను మహోద్బందిమై, మహత్తిరిమై, ఉధృతిమై ఘనీభూతమగునప్పుడు దాని పరిణామము మొదట శబ్దము పిమ్మట అగ్ని, అగ్నిసంబంధముగ వెలుగు కలుగునని మనకు Science చెప్పుచునేయున్నది. ప్రకృతిలో ఆకాశమున మహద్భక్తి సంచలనము కలిగినప్పుడు మొదట వెలిమిబ్బు ఆకాశమున మెరుపు పుట్టును. ఇందు శబ్ద, కాంతులు రెండు హీనముగ అంతర్హితమై శబ్దమునుగాని, అగ్నినికాని బహిర్గతమొనర్చలేదు. ఆ సంచలనము మేఘావరణమై మొదటి శబ్దము ఉరుముగా శృతమై, పిమ్మట అంతకన్న మిన్నయైన సంచలనమున శబ్దసహిత మహాగ్నిరాసి [పిడుగు] పుట్టును. ఈశక్తి సంచలనము ఒకకాలముకు, ఒక స్థితికి, ఒక స్థలమునకు నిర్ణీత (Limit) మైనదే. అంత ఘోరమైనదగుచుండగా, బ్రహ్మాండమగు బ్రాహ్మశక్తి ఒక్కొక్కటిగ ఘనీభూతమగుచో కలుగగలుగు మహత్తర విశ్వవ్యాపక శబ్దము ఓంకారమును, తదనుగుణ్యమగు విశ్వాగ్ని ప్రకాశమును ఏర్పడి తీరవలెనని గ్రహించినచో ఒకటి. రెండు ఆవరణలలో బ్రహ్మనాథమగు ఓం “ఓమిత్యే కాక్షరం బ్రహ్మ” “ఓం” యిత్యే కాక్షరం శక్తిః” అను న్యాయములచే ఓంకారమును, పిమ్మట [త్రినేత్రాగ్ని] అగ్నియున్న (వెలుగు, కాంతులు) సూర్యోద్భవముతోపాటు ఉద్భవమగుచే శృతి సమ్మతమును. శాస్త్ర (Science) సమ్మతమును అగుచున్నవి కావున ఓంకార గుర్తులు చూపబడినవలెనేగాని కొన్ని యంత్రములలో త్రివ్యాహృతులు భూః, భువః, సువః (త్రిలోకములు) యని అశాస్త్రీయముగ చూపకూడదు.

3-3-3- ఈ కోణావరణములలో శ్రీ సూర్యోపాసనయంత్ర జపమునకు వలయు బీజాక్షరములు ఆం, హ్రీం, క్రోంలు లిఖించబడినవి.

4-4-4- ఈ కోణములందు శ్రీ సూర్యనమస్కారోపయుక్తమగు బీజాక్షరములు హ్రీం, ణీం, సూంలు చూపబడినవి. చాలాయంత్రములలో

ఈ షష్ఠాంశములందు [3-3-3; 4-4-4 ఆవరణలలో) సూర్యనమస్కార షడంగములు చూపును మంత్రజపమునకు నమస్కారములకు ఒకేరకము బీజాక్షరములను అనేకతరహాలుగా చెప్పుచున్నారు. గాని రెండువిధములుగా చెప్పుటే మంచిది.

5-5-5 పైషట్కాంశముల దండ ఆవరణలలో శ్రీ సూర్య నమస్కారప్రయోగమగు హ్రీం, హ్రీం మున్నగు షడంగములు చూపబడినవి.

6-6-6 వృత్తమందు బ్రహ్మ గాయత్రిమంత్రము (సవితృగాయత్రి) వ్రాయబడి ఇంతవరకుగల యంత్రమును పర్వమొనర్చుచున్నది.

కొంతమంది ఈ స్థానములో సూర్యగాయత్రి, భాస్కరగాయత్రి, ఆదిత్యగాయత్రి మంత్రములు వ్రాయుచున్నారు. ఈ మంత్రములును పవిత్రములైనవే. ఇవి పురాణోక్తములు. గాని బ్రహ్మ గాయత్రి వేద ప్రతిపాదితమై త్రికాల సంధ్యావందన సంస్కారముగలది గాన ఎక్కువగా మఃనీయము. శక్తివంతము, సనాతన సాంప్రదాయకముగా సవితృ గాయత్రినే వ్రాసియున్నాము.

7-7-7, 8-8-8 ఈ అష్టాంశములందు అష్టవసువులు చూపబడినారు. మరియు “ఓం ఘృణేః సూర్యః ఆదిత్యోమ్” అని శ్రీ సూర్య అష్టాక్షరీ మహామంత్రము వ్రాయబడినది. ఈ మంత్రము ఆద్యంతముల యందు బ్రహ్మాత్మక శక్తిబీజము ఓం కారముతో సంపుటికరణమై మంత్ర హృదయ భాగమునకు “ఘృణేః సూర్యః ఆదిత్యః” తుష్టియు, పుష్టియు నిచ్చి స్ఫోట మొనర్చి ఉపాసకుని సర్వలక్ష్మ్యముతో ఉద్ధరించగలుగును. ఈ సంపూర్ణ మంత్రమునే అనుష్టానక్రమములో నమః అను అనుకరణతో “ఓం ఘృణేః సూర్యాదిత్యోమ్” నమః యని యిచ్చి ఏతస్మంత్రానుష్ఠానమునకు మరికొంతశరణాగతి ప్రపత్తిని సూచించి ఉపాసకునికి శీఘ్రదేవతా ప్రసన్నత. ప్రసాదములు లభించునటుల ప్రయుక్తముచేయబడినది. ఉపాసకులువారి స్వేచ్ఛానుసారముగ దేనినైన అనుష్ఠించవగును. దేనికిని ఫలానుభవమొక్కటేనని విశ్వసనీయము.

కొందరు ఈ మంత్రములో ప్రథమ ఓంకారమును లోపించి శబ్దమును విడదీసి * సూరియయని వ్రాయుచున్నారు. అది

9-9-9 పై వసుకోణదండములందు ఈ యంత్రశుద్ధబిందు ధిష్ఠానముగు శ్రీమన్నారాయణాంశ సూచకముగ శ్రీమన్నారాయణ క్షరీ మహామంత్రము “ఓం నారాయణాయనమః” లిఖితమై ఈ మందంతర్భూతమైయున్న శుద్ధ పరబ్రహ్మత్వక స్థితి, శక్తి, వ్యాకృత ధృవీకరింపబడుచున్నవి. “శ్రీ సూర్యనారాయణోపనిషత్”

శ్రీ సూర్యనారాయణుని నారాయణాంశజ్ఞానము ఉప సర్వవిధముల ఉత్తీర్ణుని జేయును. పిమ్మట శ్రీ సూర్యనారాయణ బ్రహ్మత్వకత్వస్వరూపమని ఈ దిగువ మహానారాయణోపనిష (పూర్వ కాండః ప్రథమోఽధ్యాయః)

“సూర్యమండలాంతర్గత సస్సూర్యనారాయణ

అమితాపరిచ్ఛిన్నాద్వైత పరమానంద లక్షణ

తేజోరాశ్యంతర్గత ఆదినారాయణ స్తథా

సందృశ్యతే॥”

అధర్వణీయః

ప్రమాణముచే తెలుసుకుని సూర్యునియందు సంపూర్ణ మజ్ఞానముతో ఉపాసించి సర్వకామ, నిష్కామ, నిష్క్రియాత్మక లను పొంది కృతార్థులు కాగలుగుదురు.

10-10-10 దశసంఖ్యావరణవృత్తమందు శక్తి చతుష్టయములున్ను, వాటి అధిష్ఠాన అష్టమాత్రుకదేవతలపేర్లున్ను లిఖింపబడ సకునికి ఎలయు సమయోచిత శక్తిసామర్థ్యములు లభింపజేయుబడుచు

మానవులు తమ జీవితపథిలో చతురాశ్రమ ధర్మముల ప్ర శక్తివంత, ఫలవంత, నిర్వహణకై గదా దైవారాధనోపాసనలను చే

* అసలు మంత్రము “ఓం ఘృణీః సూర్యః ఆదిత్యోమ్” లేక “ఘృణీః సూర్యః ఆదిత్యః ఓం” అనియును వ్రాయవలెను. ఉపాసనీయమని “సౌరమహామంత్ర” గ్రంథము ప్రకటించుచున్నది. వ్రాతలో మంత్రము అద్యంతములందు ఓంకారముతో బ్రహ్మశక్తి

ధమై యుండుట శ్రేష్టస్వరూపము. గాని ఏతన్మంత్రము ఉచ్చారణలో ఓం కారద్వయ ఉక్తము సులభ పురశ్చరణప్రోక్తము కాకపోవచ్చునని రెండవ రూపమున్ను యివ్వబడినది. ఇందేదో యొకటి ఉపాసనీయమే. గాని ఈరెండునుగాక “ఘృణః సూరియ ఆదిత్యమ్” అని వ్రాయుట, ఉపాసించుట అసంగతము. ఈ మంత్రముయొక్క శ్రీ విద్యారణ్య భాష్యమందును రేఫ య కారములకే అర్థవిశిష్టత చూపియున్నారు. రేఫ బ్రహ్మార్థకత్వమును, య కారమునకు తత్ప్రాప్త్యర్థకత్వమును నిరూపించుటలో ఇ కారమునకు అర్థ ప్రత్యేకతగాని, శబ్ద విశిష్టతగాని చూపలేదు ఇ కారమునకు ప్రాపణత్వవాహక ధాత్వర్థక ప్రయోగముమాత్రమే కనంబడుచున్నది. గనుక సూర్యశబ్దములో మంత్రమందు రి య అను ద్వ్యక్షర ప్రయోగమునకు మంత్రఉపాసనలో తావులేదు. ఈ ప్రయోగము ఉపాసనకు అసమంజసమును, అశాస్త్రీయమును, శక్తిరహితమును అగును. గనుక యిందు మూలమంత్రమును విచ్ఛేదమొనర్చుట పనికిరాదు. ఏ మంత్రమునను ఏ మార్పు దాని హృదయంగన్వరూప విచ్ఛేదకము చేయతగదు. ఒకవేళ అక్షరమార్పేదైనను చేసినను దాని మంత్రార్థ, యంత్రీకత్తి, స్ఫోటమునకు బ్రహ్మత్వకత్వ అర్థవృద్ధికి తోడ్పడవలెనేగాని, ఉచ్చారణ పురశ్చరణ సౌలభ్యములకు ప్రత్యేకవిస్త్రములను కల్పనచేయకూడదు. గనుక అట్టి వ్రాత యంత్ర నిర్వీర్యతకు కారణము కాగలదని గ్రహించవలెను.

• “సూర్యనారాయణోహరిః” సూర్యునికి శ్రీమన్నారాయణాంశము (నిర్గుణ పరబ్రహ్మతత్వాంశము) గలదని శ్రీ నారాయణ, మహానారాయణోపనిషత్తులే తెలుపుచున్నవి. ఈ నారాయణాంశమువల్లనే సూర్యుడు జీవులను, నరులను ఉద్ధరించుటగుచున్నది. గాబట్టి నిర్గుణ పరబ్రహ్మతత్వమునకు మాయా కల్పిత సగుణుండగు శ్రీమన్నారాయణుని పిత్రాణతను తెలుసుకొనిన శ్రీమన్నారాయణాంశముచే శ్రీ సూర్యభగవానుడు మనల నెందులకు తరింప నుద్ధుడైనది మనము తెలుసుకొనగలము గావున శ్రీమన్నారాయణుండు మనలను తరించుటను గూర్చిన తత్వమును క్లప్తముగా విర్వచనమిచ్చుచున్నాము:—

1. శ్లో. “ఆపోనారాయితీ ప్రోక్తా ఆపోవై సమానవః ।
అయనంతస్యతాః పూర్వం నారాయణ స్మృతః॥”
విష్ణుపురాణాంతర్గత
1. శ్లో. “సారూప్య ముక్తివచనో, నారేతిచ విదుర్బుధాః ।
యోదేవోఽప్య యనంత సచనారాయణ స్మృతః॥”
2. శ్లో. “నరాశ్చక్రిత పాపాశ్చాప్యయనంగ మనం స్మృతః ।
తయోర్జ్ఞానం భవేద్యస్మాత్ సోఽయంనారాయణస్మృతః
3. శ్లో. “నరాజాతానితత్వాని నరాణీతి విదుర్బుధాః ।
తాన్యేవాచాయ నంతస్యతేన నారాయణస్మృతః॥”
4. శ్లో. “ప్రకృతేః పరవీచన్యః సనరః పశ్యన్ వింశకః ।
తస్యేమానిచ భూతాని నరాణీతి ప్రచక్షితే॥
తేషామప్యయనం యస్మాత్సాన్నిరాయణః స్మృతః
బ్రహ్మవై వర్త పురాణాంతర్గత

1. “నరాణామయనాచ్ఛాపితతో నారాయణ స్మృతః॥”
మహాభారతము 5 పర్వం 70 ఆ. 10 శ్లోకభాగ

తా. మనుజులకు స్థానమయినవాడు గనుక నారాయణుడన
చున్నాడు.

తాత్పర్య వివరణ:—

(నారములు) క్షీరసాగరశయనుండగు శ్రీమన్నారాయణుండ
ప్రాకృతతత్వములు, మన, 25న్నూ ఇమడగలట్టి జీవులగు సరళును
ఇంద్రియాది తత్వముల దురంత సమ్మోహన అవిద్యారజస్తమోతత్వ
నశంచి సాత్విక. బ్రహ్మజ్ఞానోపార్జన యుక్తముగ సంస్కరించి సా
ముక్తి యొసంగి పరిత్రాణముజేయు నారాయణహంశ సూర్యునిం
అవహించి యుండుటంబట్టియే సకలలోకోద్ధరణుడైన సూర్యుడు శ్రీ
రాయణహంశమున శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తయై జీవుల, నర
ప్రత్యక్షభగవానుడై నమస్కరింపబడుచున్నాడు.

[88 వ పేజీ తరువాయి]

అట్టి వారికి ప్రాకృత. అప్రాకృత సర్వశక్తులు సమయోచితముగ లభించి ననేగాని వారి వారి జీవితకృత్యములు సిద్ధి నొందనేరవు. శక్తిహీనుడు నిరర్థకుడును, నిర్జీవుడునగును. గనుక వారు శక్తిత్రయమగు జ్ఞానశక్తి, ఇచ్ఛా శక్తి, క్రియాశక్తులను ఉపాసించి జగత్తును గెల్చి పిమ్మట జగదతీతుడు, “బ్రాహ్మడు” గావలయును. గాన చిచ్ఛక్తియునుజూపి, శక్తిచశుష్టయఅధిష్టానదేవతలగు అష్టమాతృకలనిచ్చియున్నాము. ఈఅష్టమాతృకదేవతలలో ఇతర దేవతామాతృకలన్నియు యిమిడియున్నవని తెలుసుకొనవలెను.

ఇందు అష్టశక్తిగాతృకలే వ్రాయబడినను తదితర సాత్విక, తామసిక దేవతలున్ను యిందుననే ఉపాసించబడవచ్చును. శ్రీకామేశ్వరి, సావిత్రి, గౌరి, లలితాంబ, అన్నపూర్ణ, యిత్యాదులు గాయత్రి, లక్ష్మి, సరస్వతు లందును. సింహవాహిని, కృష్ణాక్రోధ, బాల-గబళ యిత్యాదులు పార్వతి, దుర్గ, కాళి, త్రిపుర లందును ఇమిడియేయున్న పరస్పర ఏక హృదయాంతర సన్నిహితములుగాన ఉపాసకులు స్త్రీ, పురుషాదులు వారి వారి ఆసక్తి అవసరములప్రకారము ఆ దేవతలను ఈ మాతృకలస్థానే సంకల్పించిఉక్త బీజ-మంత్రార్చనతో సకల దేవతాశక్తి సహకారమును ఉన్న ఉన్నట్లుగానే ఈ యంత్రమునందే పొందగలుగుదురు. ఇందులకు ప్రమాణపూర్వకముగ

శ్లో. “ఇచ్ఛాజ్ఞాన క్రియాశక్తిత్రయం యద్భావసాధనమ్ ।

తద్రూప్యంతాసామాన్యం సీతాతత్త్వముపాస్మహే॥”

పై శ్లోకమును ప్రతిపాదించుచు మొదలిడుచున్న సీతోపనిషత్తును, త్రిపుర, తిపురతాపిని, సావిత్రిపనిషత్తులను పరికించినచో మా వాక్కులను విశ్వసించి, సర్వశక్తిమాతృకలను ఉపాసించగలుగువారై సర్వశక్తి సామర్థ్యములను ఈ ఈ సూర్యోపాసనతోనే ఐహిక, ఆముష్మిక, మోక్షైకాది సకల జీవితాశయములను విజయవంతముగావించుకొనగలుగుదురు.

మరియు, ఈ ఆవరణలలోనే నవగ్రహములనుకూడచూపియున్నాము నవగ్రహములును, రవిగాకను, ఇతరగ్రహములన్నియు సూర్యునినుండియే యుచ్ఛవించినవని తెలిసియేయున్నది. ఈ నవగ్రహములకును మన జాతక

మునకు, మన దేహభాగ నిర్మాణమునకు అతి సన్నిహితసంబంధములున్నవి. ఒక్కొక్కజాతకరీత్యా సర్వజీవ, మానవ శరీరోత్పత్తికి సంబంధించిన నవగ్రహములు, వాటి ఉపసత్తక (Satelitic planets) రాసి యొక్క సంవార స్పందన సంజనిత సమ్యక్ శక్తి ఆయా దేహజననవృద్ధి క్షయములతో అవినాభావసంబంధముగలవై త్రీ పురుష శుక్లశోణోత్పత్తి, వాటి పతన, మిశ్రమ, బీజోచ్ఛవ, పిండాకృతి, దాని చలన, స్ఫూర్తి, నిర్గమములు, పిమ్మట శిరశోదయ, శిశు హావతనమువరకు పరిమితపరిణామమునకు లోనై యే యుండును. అటుపిమ్మటను జీవితకాలమందు ఆయా దేహాల ఆరోగ్య అనారోగ్యకారకమునకును, గృహచ్ఛిద్రాదులకును, జీవనోపాధి సరళ, సరస, విరసములకును, భూ క్షేత్ర ధన ధాన్య కనక వస్తువాహనాదుల లబ్ధి వృద్ధి క్షయోదులందును వివిధ మనోమయ, వయః క్కాల, సంతాన, సిరిసౌఖ్యముల సమ, ఉచ్ఛ, నీచస్థితి వ్యవస్థాభేద కల్పనల యందును అతినమర్దములై పరగుచుండును. ఈ విషయము లనేకములను దేహాలు వారి భావి పురోభివృద్ధికై తెలుసుకొనుట కాసింతురు. గనుక, నవగ్రహముల స్థితిగతులను (ఖగోళ) నక్షత్ర [Astrology] శాస్త్ర, జ్యోతిషశాస్త్ర [Astronomy] ములనుబట్టిన్ని గౌరవించి, పూడించి ధన్యులుగావలయును. ఈ సందర్భములో మాపాఠకమహాశయుల ఉపకారార్థము ఈ గ్రామమున శ్రీ దిట్టవి వీరరాఘవయ్యపంతులుగారి అధ్యక్షతాధ్వర్యములక్రింద నడపబడు “జ్యోతిష ప్రబోధకమండలి” వారు ప్రచురించు “జ్యోతిషాహితీ” యను పత్రికయందు సంపాదక పాలక, రచయితవర్గమువారు ఇట్టి సూర్యగ్రహపాలన సువిషయము లనేకములను సశాస్త్రీయముగ, సహేతుకముగ, పరిశోధకముగ విమర్శించుచు ప్రచురించుచుండుటను తెలుపుచున్నాము.

ఈ నవగ్రహ శారీరకసంబంధవిషయములనేకములు ఆ పత్రికలో 16-10-55, 16-11-55 నెలలందు “జ్యోతిషవ్యాసావళి 1-2” యను శీర్షికలయందు ప్రచురించబడినవి చాల గమనీయార్హముగా సున్నవని తెలుసుకునేది.

Read Astronomy for Astrology
and Vice Versa

11-11-11 ఏకాదశావరణలో ద్వాదశాదిత్యులు వ్రాయబడి యున్నారు.

12-12-12 ఈ ద్వాదశావరణయందు ఓం “సద్యోజాతపామదేవ అఘోర తత్పురుషాయ రుశాన సర్వదేవాయ”నమ్మ యను గాయత్రి పర పంచ బ్రహ్మాత్మక మహామంత్రమును ఓం, నమః యసు సాఫల్యానుకరణా క్షరములతో నివ్వబడినది ఇత్యది ఏ సౌరయంత్రమందును గనంబడదు. గాని ఈ యంత్రము ప్రత్యేక లక్షణ, లక్ష్య. ఫలానుభవమునకు వేయబ డిన ఒకవిశిష్టమగు యంత్రముగా నుండునట్లు లిఖింపబడినది. ఈ మంత్ర వివరణలన్నియును మంత్రములున్న అధ్యాయమునందు వ్యక్తీకరింపబడి నవి. ఈ మంత్రమహిమను దానికన్న విపులముగా నెఱింగినవారు తెలియ పర్చినచో రెండవ ముద్రణమున కృతజ్ఞతతో ప్రచురించగలమని మనవి.

13-13-13 ఈ త్రయోదాశావరణలో “ఓం రాం హ్రీం ఘృణీః సూర్యాదిత్య శ్రీం నమః” యను ద్వాదశాక్షరి మంత్రమివ్వబడినది. ఈ మంత్రశక్తి, సామర్థ్యమలను మంత్రములు లిఖించిన అధ్యాయములో నివ్వబడినవి. ఇందు ర రారము క్రొత్తగా కనబడును. గాని అది సూర్యు నిలో ర కారమే! ఈమంత్రోచ్చారణ, దృశ్య, మననములో ర కారము ఒక అఘోషనాశనమునరేగాక ప్రాబ్ధవశమగు తీవ్రమనఃక్లేశములు, మాంద్య ములు, ఉపద్రవములు, ప్రమాదములు అతితేలికలో ఉపశమించునని తెలి యవలెను. చిహ్నసున్న శ్రీం రారము మంత్రమును శక్తివంతము జేసి, శీఘ్ర, శుభఫలద మొనర్పగలుగును.

ఈ ఆవరణలో దిగువ రెండు సూర్యహంసోపాసన మంత్రము లివ్వబడినవి. అందు మొదటిది:—

“ఓం హ్రీం శ్రీం సూర్యహంసోమ్”

ఈదిగువ సూర్య షడాక్షరి మహామంత్రము కుటీవక ఆశ్రమ వాసులుచేయు సూర్య అహంగ్రహోపాసన మంత్రము:—

రెండవ మంత్రము:—

‘ఓం ‘ఓం ‘ఓం ‘ఓం “సూర్యోమ్”

ఇయ్యది హంస, పరమహంసలు తదాత్మైక్యతను పొందు లక్ష్యార్థ వృత్తావ, స్మరణ, స్పృహలకు నెలవైయున్నది.

14-14-14 ఇందు పదునాలుగు చతుర్దశ * భువనముల ఉనికి తెలుపబడుచున్నది. ఈ భువనములలోదే మన భూలోకమున్ను అయియున్నదని తెలుసుకుని మనవలెనే మిగిలిన త్రయోదశ [13] భువనముల చరాచరములున్ను పాలింపబడుచున్నారని గ్రహించి శ్రీ సూర్యభగవానుని జీవస్పష్టి, పోషణ; లయాది శక్తితత్వమును పూజించేది.

పై విధమున శ్రీ సూర్యభగవానుని ప్రేరణచే చతుర్దశ భువన పాలక సకలసిద్ధి యంత్రోద్భవమైనది. ఈ యంత్రాధాన, ధ్యాన, నమస్కారములు ఉపాసకులకు ఐహిక దార్మిద్య, రోగ, అనిష్టా, కష్టబాధల నివారణను జీతావసర కామార్థ ప్రదమును, ప్రారబ్ధోపసంకట ఉపశమనమునుజేసి, భగవద్ధ్యాన, మనన, తపోనిరతి, ఆముష్మిక, ముముక్షోపాయ సాధనానక్తిని, తద్భక్తిని, జీవన్ముక్తిని అనాయాస నిర్మాణసౌఖ్యమును, పిమ్మట శాశ్వత బ్రహ్మలోక నివాస ముక్తి ప్రాప్తాది సకల శుభేచ్ఛాసిద్ధిని ప్రసాదించునటుల అస్పద్బద్ధురుపరేణ్యులు శ్రీ త్యాగరాజస్వామివారి అనుగ్రహ కారణేన వ్రాయబడినదానిని సాక్షి భగవాన్ శ్రీహరి చైతన్యస్వరూపుడు శ్రీ ఛాయోపాసమేత, శ్రీసూర్యనారాయణమూర్తికి శిరసా మనసా శతానేక సాష్టాంగదండ ప్రణామములు చేసి సమర్పించుటలో ఈ గ్రంథకర్తయగు భక్తపరమాణువుయందు గలిగిన ఆ భగవన్మూర్తికి అపార పారావార కృపాపాఠిణతచే అర్పించబడిన ఈ ప్రతీక-మంత్ర-యంత్రములు యితర రీచనా సర్వమున్ను సకాత్రియమై, వాదోపవాద ప్రవాద శంకారహితమై, యావదారాధనోపాసనద్వేయ

యోగ్య సంజ్ఞాసంపూర్ణమై, ఉక్తరీతిని చాతుర్వర్ణ్య చతురాశ్రమీయుల
ధ్యేయోపయోగమై సర్వులకు సర్వ శుభాశయ ఫలప్రసాదదాయకమై యొప్పు
మహిమ—శక్తి పోషితమై వర్ధిల్లునట్లాశీర్వచనమునకు ఒప్పుగింతయైనదని
సమస్త సజ్జనాశి కేంతయు విజ్ఞప్తిచేయును. ఉపాసకులు వారి వారి మనో
గతానుసారముగ ఈ సూర్యోపాసన సాధనాంగతయము శ్రీ సూర్యభగ
వాన్ స్వరూపము-మంత్రము-యంత్రములను ఆర్తి, ఆసక్తులతో అనుష్ఠిం
చిన శ్రీరామచంద్రునివలెను, భక్తితో అనుకరించిన ప్రహ్లాదునివలెను, ఆరా
ధనచే మార్కండేయునివలెను, తపస్సు (మనన)చే ధృవునివలెను, జ్ఞాన
ముచే యాజ్ఞవల్క్యునివలెను, శుభేచ్ఛచే భీష్మునివలెను, వైరాగ్యముచే
కర్ణ, త్యాగరాజాదులవలెను సర్వసుఖ, సౌఖ్య, బ్రహ్మసాయుజ్యాది ఫల
మును పొందుదురుగాకయని ఆ సూర్యభగవానుని ఆశీర్వచనములను
అందించుచున్నారము.

ఓం తత్సత్



రివ అధ్యాయము
నిత్యకృత్య శ్రీ సూర్యనారాయణోపాసన.

ధ్యానము

శ్లో. సర్వలక్షణ సంహర్షం సర్వాభరణభూషితమ్ ।
చతుర్భుజం రక్తవర్ణం చరక్త పంకజ ధృక్కరం ।
తేజోబింబం బహుజల మధస్తం సుపరిధదం ।
పద్మాసన గతం దేవం రక్త గంధానులేపనమ్॥

వేదము హైందవ జ్ఞాన విజ్ఞానములకు మూలమై భారతీయుని ఒక తరి, ప్రాకృత సంపత్తికి, మరొకరి ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రకళక్రికి హేతువై కామ్యాది కర్మయోగసాధనద్వారా దినచర్యలో ఆపాదించు పాపరాహిత్య మొనర్చుచు సుకృతి కలుగజేసి రాబోవు పునర్జన్మను సంస్మరించుచుండును. ఈ వేదము వెయ్యివాఖలు త్రికాండలుగ ఉద్భవమై ఈ కాలమునకు బాష్కలము యిత్యాది అనేక శాఖలు అంతరించినవి ఇందు త్రికాండలగు వైదిక కర్మ, జ్ఞాన, వైరాగ్య, ఉపాసనాకాండలలో మొదటి రెండు కర్మ, జ్ఞాన, వైరాగ్య విధానములు యిప్పటి వారి వ్యావహారిక జీవితోపాధులతో జరుపుట కశక్యమైనది. మిగిలిన ఉపాసనాకాండలో సగుణారాధనభాగము కొంత ఆచరణయందున్నది. సగుణారాధన ఏతత్కర్తకుధర్మార్థకామములనొసంగి మరణానంతరమున ధనిక, సుఖ్య, సౌఖ్యావహము గలుగు జన్మలను కలుగజేయును.

గాని శ్రీ సూర్యుని ఆరాధన, ఉపాసనలు సగుణారాధనవలె కన్నట్టి నను, శ్రీ సూర్య. ప్రశ్న. అక్ష. మహావాక్య శ్వేతాశ్వతర అధర్వ శిర, హస్తోపనిషత్తులు మున్నగు వేదాంగముల ప్రతిపాదితమై ప్రయోగ ప్రయోజములలో నిర్గుణ బ్రహ్మ తత్వోపాసనగ పరిణామగునటుల చూప బడుచున్నది. ఈ యుపాసనయొక్క అధిష్టానము యితర దేవతలవలెగాక ఆకాశమున ప్రత్యక్షముగ మనకే కనబడుటలో దీని కొక స్వకీయమగు విశిష్టత. శ్రేష్టత, అపరోక్షమనుభవసిద్ధి కలిగినదగుచున్నది.

మరియు, ఈ ఉపాసన పవిత్రతను మరికొన్ని విషయములవల్లను తెలుసుకొనవచ్చును.

శ్లో. “మృణీ సూర్య ఆదిత్యోన ప్రభావాత్యక్షరమ్ ।

వధుక్షరంతి తద్రసమ్ । సత్యం వై తద్ర సమాపో

జ్యోతిరసోఽమృతం బ్రహ్మభూర్భువస్సువరోమ్॥”

తైత్తిరీయం-37 అనువాకం.

తాత్పర్యము:— జగత్తు పట్టుటకు హేతుభూతుడగుటచే ఈ దివ్య మూర్తి సూర్యుడనంబడుచున్నాడు. ఈ ఆదిత్యుడు కాంతిరూపమున లోకములకొరకై రాత్రింబవళ్ళు కల్గించుచున్నాడు. తారా చంద్ర గ్రహాది కాంతిజాలము. అగ్ని, జల, రసాదులు, వేదము, ఓంకార వ్యాహృతు లగు లోకములు సర్వము ఆదిత్యుడే. ఆదిరూప పరబ్రహ్మమే స్వయం భువమై స్వయం శ్వేచ్ఛాగృహీత చిత్కళాత్మక చిన్మయమూర్తియై జగదానందకారకుడై వెలుగుచున్నాడు.

ఈ విశ్వస్వరూపమూర్తిని, ఈ విద్యుల్లతాతటిదాభ ప్రభావంతుని అనంతశక్తినే పూర్వము శ్రీ మహావిష్ణువు సువర్ణనముగ ధరించి:—

“పరిత్రాణాయ సాధూనాం

వివాళాయచ దుష్కుతామ్.”

గీత.

అను న్యాయ్యముతో లోకపాలన నిర్వహించెను. బ్రహ్మదేవుడు విశ్వావ్యక్షదయ్యును తన సృష్టిని ఈ మహాశయుని సప్తకిరణద్యుతి రసనిలాస ములచేతనే పోషించెను. ఇక మహేశ్వరు డంతటివాడు ఈ సూర్యాగ్నిని తన విశాల లలాటఫలక త్రినేత్రములో అంతరాశమొనర్చుకని తత్ప్రయోగ మునగదా మన్మథునిచేతిలో పరాభవంబు తప్పించుకొనగలిగెను. గనుక మహాశక్తి, యుక్తిసాధ్యులు లోకాధిపతులు త్రిమూర్తులకే ఈ మహితాత్ముని ధీశక్తి నాశ్రయించినగాని రక్షణ గడవనిస్థితిలో కేవల తృణప్రాయులై అపార పారావార విశాల ఘోర కర్మాంబుధి అసమతలంబున జనన జరా మరణ ఉధృత విషమ విన్యాస లీలాతరంగవాహినివర: పరలలో మునిగి మునకలుజేయు ఫేనబుద్ధులంబులబోలు ఈ కలిమొనవలమైన మన దైనం

దిక పోషణ రక్షణలు ప్రత్యక్షదైవమై ఆపద్బాంధవుడై వెలుగుచున్న శ్రీ సూర్యనారాయణుని అవ్యాజకరుకారసస్వాదనచేతగావలయునేగాని మరొండున గాదని నిశ్చంకగ నిర్విమర్శగ నికమిగ నమ్మి అమూర్తిని వివిధోపాయములచేత కొలచుచే కర్తవ్యమని ఎఱుంగుదురుగాక:

మరియు ఇటీవలి ఆధునిక వాగ్గేయ కారక త్రిమూర్తిశ్రేష్ఠుండును, శ్లో. వ్యాసోనై గమచర్చయామృదుగిరావత్మీకి జన్మాముని ।

రైవోగోగ్గేకుశవీవ భక్తివిషయే ప్రహ్లాద ఏవస్వయమ్॥

అన్నంతటి మహామహుడును, మా ప్రాణ, మాన, ధనమునగు అస్మద్గురు వరేణ్యులు శ్రీ త్యాగరాజ ప్రభువులు రివికులజుడును తన ఇష్టదైవమునగు శ్రీ మత్స్వీరామచంద్ర కథాసుధారస వర్ణవారావరజంఝాటిలో సమ్యగ్గోఽపితైకరితుడును, శ్రీరామ తత్వస్వరూపుడును, ప్రత్యక్ష ముక్తిప్రదాతయును ఆనందానందమందానందపరానందబ్రహ్మముయై విలసిల్లు శ్రీ సూర్యుని అఖండోపాస చేసి ధన్యులుకాగలిగిన వారు చూపిన ఆ “చక్రనిరాజమార్గము”నే యావలంబించి కృతార్థులగుటకు మా పాఠక విబుధా! నెంతయు ప్రోత్సహించుచున్నారము.

—: ప్రాతఃకాల సూర్యోపాసన :—

ఈ త్రికాల సూర్యోపాసన ప్రస్తుతపు వ్యవహారిక, రాచరిక, వర్తక, సేవక, ఆర్థిక, ఆర్జన కాంక్షసంకలిత కలిప్రపంచములో కొలది ఆధ్యాత్మిక తత్వ ఆస్తిఃస్థైర్యముండియు పై జీవనోపాధి పరిస్థితులలో కాలవ్యవధి లేమిని దుర్భూతస్థనొందుచుండువారలు ఏ మాత్రమైనను ఆచరించుటకు వీలగునట్లుల క్లుప్తవిధానమున్ను, సర్వసంపత్తి కలిగి యింటనే విరామముగ నుండు వారాచరించుటకు సవిస్తర క్రమమును వ్రాయుచున్నాము.

సదాచారపరాయణులు బ్రహ్మముహూర్తమున 4లుగు 5 గంటల మధ్య శ్రీ సూర్యదండకము స్మరించుచు లేచి నైసర్గిక కాలకృత్యముల దీర్చుకుని సమంత్రముగ స్నానమాచరించవలెను.

ఈ గ్రంథము యిప్పటికే ముద్రణకు ధనలేమిచే భారమగుచున్నది గాన యిందు సాధారణ సంకల్ప, పూజావిధానమంత్రములను వ్రాయుటలేదు.

వాటిని పాఠకులలో రానివారు సంఖ్యావందన బ్రహ్మయజ్ఞ దేవతార్చన, పితృతర్పణాది వైదికధర్మప్రచార పుస్తకములను జూచి నేర్చుకొందురు గాక యని ప్రార్థితులు.

పిమ్మట, పుండ్రమునో లేక భస్మమునోధరించి, ఆచమించిఒకఉచితా సనమునకూర్చుని శ్రీమన్నారాయణ, సూర్యభగవానులప్రతిమ, లేక ప్రతికలను, * రస్మిజాలమును సూర్యసాలగ్రామమును, సూర్య యంత్రమును, సర్వగ్రహ. సూర్యగ్రహ కవచములు పూజకు పెట్టుకొనవలెను. పిమ్మట అవిష్కృతకారకుడును. జయసిద్ధిని కలుగజేయు గణపతిని పది పర్యాయములు

“ఓం, గం. గణపత్యేం నమః” యని స్మరించేది.

పిమ్మటను, సమస్తమునకును మూలమగు శ్రీమన్నారాయణ నిర్గుణ పరబ్రహ్మతత్వమును పూజించి ఉపాసించవలెను.

అందుకుగాను శ్రీమన్నారాయణ అష్టాక్షరీమంత్రము “ఓం నారాయణాయనమః” యని , పది పర్యాయములు జపించవలెను.

పిమ్మట ఆచమించి శ్రీ చాయా ఉపాసమేత శ్రీ సూర్యనారాయణ ప్రతిమ, యంత్ర, కవచ పూజాం కరిష్యే:—

* సాలగ్రామములు నేపాలుదేశములో గండకి నదిలో. మనదేశమున ఒక్కొక్కప్పుడు నర్మదలో దొరకును. నేపాలుదేశమే వీటికి ముఖ్యము. సాలగ్రామములు 68 రకములుగా నున్నవి. ఇందు 48 విష్ణు సాలగ్రామములు 8 శివములు 2 శాక్తేయములని పేర్కొనబడుచున్నవి. విష్ణువులలో “రస్మిజాల”మనునది సూర్యసాల గ్రామము. యీ విషయమైన వివరములన్నియు “ఆంధ్రవిజ్ఞానము” శ్రీ దేవిడి రాజావారు శ్రీబాల సూర్యప్రసాదరావు బహద్దరువారు [రాజమహేంద్రవరము] ప్రచురించిన విజ్ఞాన సర్వస్వములో Vol. I లో చూడగలరు. విజయవాడలో గవర్నరు పేట టేకుమళ్ళవారి మ్యూనిసిపల్ పుస్తక బాండాగారములో నున్నది. ఇది 8 సంపుటముల మహాస్థాంధరాజము.

సమంత్రముగ ఆవాహన, ప్రాణ ప్రతిష్ఠాసనచేసి ద్యానించేది:—

శ్లో. "కాలాత్మా సర్వ భూతాత్మా వేదాత్మా విశ్వతోముఖః ।

జన్మ మృత్యు జరావ్యాధి సంసార భయనాశనః॥

శ్లో. "ఉపయే బ్రహ్మస్వయాహో మధ్యాహ్నేతు మహేశ్వరమ్ ।

అస్తమానే స్వయం విష్ణుః త్రయీమూర్తిర్దివారః॥

అథ—స్నానం సమర్పయామి. రత్నసింహాసనం సమర్పయామి: అర్చ్య పాద్యాదులను; యజ్ఞోపవీతము వస్త్రమున్ను సమర్పించి, నానావిధ ఆభరణములను. గంధాక్షతలను, పుష్పమాలలను సమర్పించేది. అథ, రక్తవర్ష పుష్పములను, తులసీ, మాలతీమల్లికార్ది సుగంధరాజ పుష్పాణి పూజయామి:—

యీదిగువ నామములతో పూజించేది.

* ద్వాదశాదిత్య పూజ: యివి భవిష్యత్పూజాంతర్గతములు,

- | | |
|------------------------|--------------------------|
| 1. ఓం హ్రం ఇంద్రాయనమః | 7. ఓం హ్రం భగాయనమః |
| 2. " హ్రీం ధాతయేనమః | 8. " హ్రీం విశస్వంతయేనమః |
| 3. " హ్రూం వర్ణనాయనమః | 9. " హ్రూం విష్ణవేనమః |
| 4. " హ్రౌం త్వష్టాయనమః | 10. " హ్రౌం అంశుమంతయేనమః |
| 5. " హ్రౌం పూషయేనమః | 11. " హ్రౌం సురుజాయనమః |
| 6. " హ్రాః అర్యమాయనమః | 12. " హ్రాః మిత్రాయనమః |

ఓం ఇతి సూర్యాయనమః

(ఇది 99 వ పేజీలో గుర్తుకు చెందినది)

కాలవ్యవధికలవారు శ్రీసూర్యనితోపాటు శ్రీమన్నారాయణ ప్రతికనుగాని, విగ్రహమునుగాని వెట్టుకుని వారినికూడ కేశవనామములతో పూజించవచ్చును. పిమ్మట వీలనుబట్టి అనురేయడల దీపారాధన చేయవచ్చును. శ్రీ సూర్యుడు ఉండునుగాన యిప్పుడు చేసినను చేయకున్నను మధ్యాహ్నము దేవతార్చనవర్తను, సాయంసమయమున ఇంట్లో దేవమందిరమున దీపారాధన చేసుకొనేది.

వలెను. ఆతరువాత “నారాయణాయ” అని ఉచ్చరించవలెను. ఓం అను అక్షరము ఒక్కటి : “నమో” అను అక్షరములు రెండు: “నారాయణాయ” అను అక్షరములు అయిదు. ఇదియే శ్రీనారాయణాష్టాక్షరిమహామంత్రము.

ఈ మహామంత్రమును ఎవరు శ్రద్ధ, భక్తి, విశ్వాసములతో ఉపాసించుచో వారలు దీర్ఘాయువుగలిగి.

(i) సకామ్యోపాసనా ఫలితముగ ప్రజాపతిత్వము, సర్వ అణి మాది సిద్ధులు. స్వర్గాది ఊర్ధ్వపుణ్యలోకాదులను పొందగలరు.

(ii) నిష్కామోపాసనా ఫలితముగ కాశ్యత బ్రహ్మలోక నివాసము, మోక్షప్రాప్తిని పొందుదురు. ఇయ్యది సామవేదము నుండి గానమగుచున్నది.

[4] అ.-ఉ.-మ.-సంపుటి ప్రణవ స్వరూపమని, ఈ ప్రణవమే ప్రత్యగ్. అనందస్వరూపమగు బ్రహ్మమని తెలియవలెను. దీనిని తెలుసు కున్నవారును, “ఓం నమోనారాయణాయ” యను మంత్ర ముపాసించు వారును భవబంధములు వదలి యోగులై ముక్తిని పొందుచున్నారు. ఈ పరబ్రహ్మమే ఆ దేవకి పుత్రుడు, మధుసూదనుడును, జ్ఞానస్వరూపుడును అయి జీవాత్మానందుడై సరగుచున్నాడు. ఈ శ్రీమన్నారాయణుం డొక్కడే ఆ బ్రహ్మ స్తంభపర్యంతము వెలుగుచు సర్వమునకు కారిణుండై యును తను కారణములేనివాడగుచున్నాడు. అది మధ్యాంతరహితుడై ప్రజ్వరిల్లు చున్నాడు. ఇయ్యది అధర్వవేదమునుండి గానమగుచున్నది

[5] ఫలము:—

చతుర్వేదములకు శిరోమణియగు ఈ యుపనిషత్తును త్రికాలము లందును ఉపాసించువారు త్రికాల కృతపాతక ఉపపాతకాదుల నుండి విముక్తులై వేదపారాయణ పుణ్యలబ్ధులై, నిర్యాణమున శ్రీమన్నారాయణ సాయుజ్యమును పొందుచున్నారు. ఇతి ఉపనిషత్తు.

ఓం సహనాన వత్సితి శాంతిః

ఓం శాన్తి శాన్తి శాన్తిః.

ఓం—తత్సత్.

సమంత్రముగ ఆవాహన, ప్రాణ ప్రతిష్ఠాపనచేసి ధ్యానించేది:—

శ్లో. "కాలాత్మా సర్వ భూతాత్మా వేదాత్మా విశ్వతోముఖః ।

జన్మ మృత్యు జరావ్యాధి సంసార భయనాశనః॥

శ్లో. "ఉదయే బ్రహ్మస్వరూపో మధ్యాహ్నేతు మహేశ్వరమ్ ।

అస్తమానే స్వయం విష్ణుః ప్రయాయామూర్ధ్నినాశరః॥

అధ—స్నానం సమర్పయామి. రత్నసింహాసనం సమర్పయామి. అర్ఘ్య పాద్యాదులును; యజ్ఞోపవీతము వస్త్రమున్ను సమర్పించి, నానావిధ ఆభరణములను. గంధాక్షతలను, పుష్పమాలలను సమర్పించేది. అధ, రక్తవర్ణ పుష్పములను, తులసీ, మాలతీమల్లరొది సుగంధరాజ పుష్పాణి పూజయామి:—

యీదిగువ నామములతో పూజించేది.

* ద్వాదశాదిత్య పూజ: యివి భవిష్యత్పూజాంతర్గతములు.

- | | |
|-------------------------|--------------------------|
| 1. ఓం హ్రీం ఇంద్రాయనమః | 7. ఓం హ్రీం భగాయనమః |
| 2. " హ్రీం ధాతయేనమః | 8. " హ్రీం వివస్వంతయేనమః |
| 3. " హ్రీం పర్యన్యాయనమః | 9. " హ్రీం విష్ణవేనమః |
| 4. " హ్రీం త్వష్టాయనమః | 10. " హ్రీం అంశుమంతయేనమః |
| 5. " హ్రీం పూషయేనమః | 11. " హ్రీం సురుజాయనమః |
| 6. " హ్రీం అర్యమాయనమః | 12. " హ్రీం మిత్రాయనమః |

ఓం ఇతి సూర్యాయనమః

(ఇది 99 వ పేజీలో, గుర్తుకు చెందినది)

. కాలవ్యవధికలవారు శ్రీసూర్యనితోపాటు శ్రీమన్నారాయణ ప్రతీకనుగాని, విగ్రహమునుగాని పెట్టుకుని వారినికూడ కేశవనామములతో పూజించవచ్చును. పిమ్మట వీలునుబట్టి అమరేయధల దీపారాధన చేయవచ్చును. శ్రీ సూర్యుడు ఉండునుగాన యిప్పుడు చేసినను చేయకున్నను మధ్యాహ్నము దేవతార్చనవర్తను, సాయంసమయమున ఇంట్లో దేవమందిరమున దీపారాధన చేసుకొనేది.

పిమ్మట నవగ్రహారాధనకుగాను యీ దిగువ నవనామము పూజించేది:—

| | |
|-----------------|-----------------------|
| ఓం అరుణాయనమః | ఓం గురవేనమః |
| " చంద్రాయనమః | " శుక్రాయ " |
| " మహీసుతాయ " | " చాయా పుత్రాయ " |
| " బుధార్చితాయ " | " కృష్ణద్వజ పతాకినే " |

ఓం వ్యాధినాశకరాయనమః

పిమ్మట చందనాగరు కస్తూరి మిళిత హరిద్ర చూర్ణాదిక సుగంధ క్షయం సమర్పించేది ఛత్రం, చామరం, వనమాలిక, దివ్యాభరణాద్య కారం సమర్పించేది, దశాంగులం ధూపం, దీపం, సమర్పించేది. జనం, మంత్రపుష్పం సమర్పించేది.

పిమ్మట ఇక్షుఖండ, కదళి, నారికేళ, అనాస, పనస, చూత, సపోటా, ఔదిఫలములను నైవేద్య మొనర్చి, ఆత్మ ప్రదక్షిణనమస్కారము చేసేది.

అథ:— శ్రీమన్నారాయణోపనిషత్తు పారాయణంచేసేది.

అథ:— శ్రీ సూర్యోపనిషత్తు పఠనము (పారాయణం) చేసేది.

అథ శ్రీ సౌర అష్టాక్షరీ మహామంత్రజపం కరిష్యే:—

ధ్యానము:

ప్రప్రథమే శ్రీమన్నారాయణ గురుస్మరణ:—

శ్లో. "శ్రీహరిం పరమానంద ముపదేష్టాపమీశ్వరం,
వ్యాపకం సర్వలోకానాం కారణం తంనమామ్యహమ్॥"
అపరోక్షనుభూతినుండి శ్రీహరియే ప్రధమ గురువు.

(యిది 100 వ పేజీలోని * గుర్తుకు చెందినది)

* యీ ద్వాదశములు అరుణములో వేరుగానున్నవి. గాని ఏవి పూజ చేసినను ఒకటే.

ఇవి:—మిత్ర, రవి, సూర్య, భాను, ఖగ, పూష, హిరణ్యగర్భ, కేవ, ఆదిత్య, సవిత్ర, అర్క, భాస్కర వీటినిచెప్పి పూజించనువచ్చును.

శిరసా మనసా నమస్కరించేది.

అన్య శ్రీమత్సూర్యనారాయణ అష్టాక్షరీ మహామంత్రస్య

గాయత్ర్యాది సర్వంఛందాంసి, బ్రహ్మఋషిః, సూర్యోదేవత.

ఆం వీజం, హ్రీం శక్తిః. క్రోం కీలకం, శ్రీమచ్ఛాయా ఉపాసమేత
శ్రీసూర్యనారాయణప్రత్యక్ష బ్రహ్మనుగ్రహలబ్ధస్యాత్ సౌరఅష్టాక్షరీమంత్రం:
(మేమిచ్చిన మంత్రములలో ఎవరు ఏ మంత్రమును అనుష్ఠించదలచినచో
దానినే ఈ సమయమున పురశ్చరణ చేయవచ్చును)

* “ఓం ఘృణేః సూర్యాదిత్యోష్ఠమః-” లేక

ఓం “ఘృణేః సూర్యాదిత్యోమ్ నమః”-ఇతి-

[వీరునుబట్టి] అష్టోత్తరశతం చేసేది: ఇందు దశాంశము శ్రీసూర్య
గాయత్రి చేసేది; పిమ్మట తీర్థాక్షతలతో సర్వమును శ్రీ సూర్యనారాయణ
పరబ్రహ్మర్పణం చేసేది. తులసికోటలో అర్ఘ్యములు యిచ్చేది. ప్రత్యక్ష
ముగ శ్రీ సూర్యునికి నమస్కరించేది. తీర్థప్రసాదములు స్వీకరించేది.

ఓం త త్సత్

—: మాధ్యాహ్నిక ఉపాసనవిధి :—

ఇప్పటి గృహస్తులు వారివారి జీవితవృత్తి కాల వ్యవధినిబట్టి ప్రాత
సమయమున చేయగల క్లుప్తఉపాసన తెలిపితిమి. ఇప్పుడు మాధ్యాహ్నికము
దే-తార్చనసమయము గనుక సాంగోపాసనచేయు విధి చెప్పబడుచున్నది.

* ఈ మంత్రమునకు హృదయము “ఘృణేః సూర్యః ఆదిత్యః”
సప్తాక్షరీ, దీనికి అంగములు ఓం, నమః. ఈ రెండు అంగములచేతను ఏ
మంత్రమును, ఏనామమును ఉపాసన దేవతకు చేయకుండు. గనుకను “ఓం
ఘృణేః సూర్యః ఆదిత్యః” నమః” అనవలెను. అప్పటికి దశాక్షరీ అగుచు
న్నది. గాని అష్టాక్షరీమంత్రము యిటు కామ్యార్థమునకు అటు మోక్షార్థము
నకుపకరించుటవల్ల అష్టాక్షరీగ అంగములను కూర్చి “ఓం ఘృణేః సూర్యా
దిత్యోమ్ నమః” యనియును యుండును. ఇవ, పురశ్చరణలు ఇట్లును
నిశ్శంకగ నిస్సందేహముగ జేయవచ్చును. బీజాక్షరములు, ఓం,
నమఃలను గురించి ఆరవ అధ్యాయములో వ్రాసినదిచూచేది.

ఇందు శ్రీమన్నారాయణ పూజకును అంగన్యాసకరన్యాసవిధిచెప్పుచున్నాము. పిమ్మట శ్రీమన్నారాయణ అష్టాక్షరీ మహామంత్రమును కాలవ్యవధినిబట్టి అష్టోత్తరశతముగాని, ఒక దశముగాని చేసి, యనంతరము శ్రీ సూర్యోపాసనకుకడంగవలెను. శ్రీమన్నారాయణమంత్రజపఅంగన్యాసకరన్యాసములు

అస్య శ్రీమన్నారాయణ మహామంత్రస్య హరిః దేవత. చతుర్ముఖ బ్రహ్మఋషిః. గాయత్రీ ఛందః, కలశశృరీరాంతర్వర్తి.

నిర్వికార చైతన్య పరిపూర్ణ అనలస్వరూపో నారాయణః—

ఓం ఓం, నమః శక్తిః. నారాయణాయేతి కీలకం,
సర్వం సద్భక్తి శ్రద్ధ ప్రేమపూర్వక సర్వకార్యార్థ
సద్యస్కాల ప్రత్యక్ష ఫలోప భోగానుభవ సిద్ధ్యర్థే జపేవినియోగః—

కరన్యాసః—1. ఓం శ్రీమన్నారాయణాయ—అంగుష్ఠాభ్యాంనమః

2. " శ్రీ విశ్వాత్మాయ — తర్జనీభ్యాం నమః

3. " శ్రీ సోమాయ — మధ్యమాభ్యాంనమః

4. " శ్రీ మాధవాయ — అనామికాభ్యాం నమః

5. " శ్రీ వాసుదేవాయ — కనిష్ఠకాభ్యాంనమః

6. " శ్రీ ఈశానాయ — కరతలకర పృష్ఠాభ్యాంనమః

అథ, అంగన్యాసః—1. ఓం నారాయణాయ— హృదయాయనమః

2. ఓం శాశ్వతాయ — శిరశేస్వాహ

3. " ఆత్మతత్వాయ — శిఖాయైవషట్

4. " శ్రేష్ఠాయ — కవచాయహం

5. " ప్రసన్నాత్మాయ — నేత్రక్రియాయవౌషట్

6. " స్థిరాయ — అస్త్రాయఫట్

పంచతత్వపూజః—1. ఓం లం—పుద్గి తత్వాత్మనే—గంధంపరికల్పయామి

2. ఓం హం—అకాశ తత్వాత్మనే—పుష్పం సమర్పయామి

3. " యం—వాయుతత్వాత్మనే—ఝాపం సమర్పయామి

4. " రం—అగ్నితత్వాత్మనే—దీపం సమర్పయామి

5. " వం—అమృతతత్వాత్మనే—అవసునై వేద్యం సమర్పయామి.

ఓం భూర్భువస్సువరోమ్ ఇతి దిగ్బంధః

అధపుష్పాణి పూజయామి - (కేశవ నామముంతో పూజించేది)
ఇతి షోడశోపచార పూజాం సమర్పయామి. త్వామ్ వినా నహిమే గతిః
ప్రాతఃకాలమువలెనే శ్రీమన్నారాయణఅష్టాక్షరీమంత్రమును జపించేది.

అథ, దిగ్బంధ విమోచనం కృత్యా కలశోదకమును స్పృశించేది.

అథః శ్రీ సూర్యోపాసన అంగన్యాసకరన్యాసములు - అస్య శ్రీ
సూర్యనారాయణ దేవతాముద్దిశ్య అగస్త్యో ఋషిః, అనుష్టుప్ఛందః,
సూర్యదేవత, శ్రీ ఆదిత్య భగవాన్ భూతో పరబ్రహ్మముద్దిశ్యగురు. దేహ,
ప్రాణ. యిత్యాది సర్వాంగ ఆదిత్య మహామంత్ర చతుర్విధ ఫల పుష్కర
సర్వసాంగ శుభ సంస్కార న్యాససిద్ధిర్దే జపేవినియోగః--

అచమ్యః-ఉపాసకానాం శ్రీ ఛాయా ఉపాసమేత శ్రీసూర్యనారాయణ
దేవతానుగ్రహలబ్ధిశరీరాయురారోగ్యవర్ధనం. అపుత్రాణాం సుపుత్రదండేత్యాది
సర్వకామ్యార్థ. మోక్షకరంచేత్యాది సర్వమహాఫలసిద్ధ్యర్థం.

కరన్యాసః-ఓం హ్రం శ్రీ సూర్యాయ అంగుష్ఠాభ్యాంనమః
" హ్రీం శ్రీ తేజోమూర్తయే తర్జనీభ్యాం నమః
" హ్రం ఆత్మాయ మధ్యమాభ్యాంవషట్
" హ్రైం " హంసాయ ఆనామికాభ్యాంనమః
" హ్రం " కాంతాయ కనిష్ఠకాభ్యాంనమః
" హ్రః " కర్మసాక్షిణే కరతలకరపృష్ఠాభ్యాంఫట్.

అంగన్యాసః- ఓం హ్రం-శ్రీ సూర్యాయ హృదయాయనమః
" హ్రీం- శ్రీ ఆదిత్యాయ శిరసేస్వాహా
" హ్రం- " ఘృణీ దేవతాయ శిఖాయవాషట్
" హ్రైం- " భానవే-కవచాయహం
" హ్రం- " సోమాయ-నేత్రత్రియాయవాషట్
" హ్రః " దివాకరాయ-అస్త్రాయఫట్ ఏవం హృదయాదిన్యాసః

దిగ్బంధః - శ్రీ సూర్యనారాయణం దేవం సర్వాభీష్టదాయకం. శ్రీమన్నారాయణ. శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తి. యంత్రాదిక పూజాం కరిష్యే:-శ్రీ సూర్య అష్టోత్తర శతనామములతోగూని, లేక, పూర్వము శ్రీకృష్ణమూర్తి కొమార్త సాంబుడనునాతడు ఆరోగ్యైశ్వర్యములకు పారాయణమొనర్చిన వింశత్యేకో (21) నామములతో పూజించవచ్చును.

- హరిః ఓం-వికర్తనాయనమః ఓం 11. ఓం త్రిలోకేశాయనమః ఓం
2. " వివస్వాంతాయనమః 12. " కర్తాయనమః " *ఆంబ*
3. " మార్తాండాయనమః 13. " మార్తాండాయనమః " *31.07*
4. " భాస్కరాయనమః " 14. " తమిహసవేనమః " *31.07*
5. " రవివేనమః " 15. " తపనాయనమః " *31.07*
6. " లోకప్రకాశకాయనమః " 16. " స్తావనాయనమః " *31.07*
7. " శ్రీమాన్ నమః " 17. " శుభయేనమః " *31.07*
8. " లోకచక్షువేనమః " 18. " గభస్తివేనమః " *31.07*
9. " గృహేశ్వరాయనః " 19. " హస్తవేనమః " *31.07*
10. " లోకసాక్షివేనమః " 20. " సపాశ్వవాహనాయనమః "

OM - 3299 ఓం బ్రహ్మాయనమః *24.592*
PJR

ఓం సర్వపుష్పాణి పూజనం శ్రీ సూర్యపరబ్రహ్మర్పణమస్తు.

పిమ్మట ఈ పూజతోపాటు నిత్య దేవతార్చన పూజయును ఆయా నామములతో జరిపి, అవసర నైవేద్యము చేయవచ్చును. అదిత్య హృద యము పారాయణ చేయవచ్చును. శ్రీమన్నారాయణ శ్రీ సూర్యనారాయణ మంత్రానుష్ఠానములను, పూర్వపు ఇష్టదేవతా శ్రీరామ తారక, శివ, గౌరి, లక్ష్మి పంచాక్షరి మంత్రము పురశ్చరణాదులేమైన నున్నయడల అవియును క్లుప్తముగ గావించి, పిమ్మటను మహానైవేద్యముచేసి, నిరాజన, మంత్ర పుష్పాని షోడశోపచారములను సలిపి ఆత్మ ప్రదక్షిణ నమస్కారములను చేయవచ్చును. తులసికోటలో మూడర్ఘ్యములనిచ్చి, ప్రదక్షిణ నమస్కార ములు చేయవచ్చును. పిమ్మట తీర్థప్రసాదములు స్వీకరించి, భుజించి, సుఖించేది.

ఓం తత్సత్

అథ సాయంకాలపూజావిధి:—

ఇప్పుడు చేయు సంధ్యావందనము సీరెండ యుండగా చేయవలెను. వీలుపడనివారు ప్రొద్దుపోయినను దేవమందిరమువద్ద దీపారాధన చేసి సంధ్యావందనముచేసి స్వల్పపూజ చేయవలెను. పండో, ఫలమో, ఫలహారమో నైవేద్యముచేసి హారతిచ్చి మంత్రపుష్పమును చెప్పవచ్చును. నమస్కరించేది. ప్రసాదము స్వీకరించేది.

(శ్రీ) సూర్యాష్టకములు, సూర్యదండకములు యిత్యాదులు చిన్న చిన్నవి చదువుకొనవచ్చును. అనుదిన త్రికాల సూర్యోపాసన విధి సమాప్తి.

సర్వం శ్రీ సూర్యపరంబ్రహ్మర్పణమస్తు.

ఓం ఓం ఓం శాంతి శాంతి శాంతి:

ఓం తత్సత్.



గమనిక:—గృహస్తులగు శ్రద్ధాయుతులు యిందిష్టబడిన శ్రీచాయోపాసమేత సూర్యనారాయణమూర్తి స్వరూపము, సిద్ధియంత్రములను చేతనైన వారు హిరణ్మయముతోను సామాన్యులు తామ్రమునను చేయించుకుని దేవతార్చనయందుంచుకొనుట శ్రేష్ఠము.

9 వ అ ధ్యాయ ము

శ్రీ సూర్య న మ స్కార ము లు

శ్రీ నవగ్రహస్తోత్రము; శివప్రోక్త సూర్యాష్టక, ఆదిత్య హృదయము,

శ్రీ సూర్య వ్రతకల్ప విధాన ఆరాధన.

ధ్యాన ము

శ్లో. “అరోగదీని విభాసాంతాని సప్తసదాని సప్తానాం సూర్య విశేషణాం
నామధేయాని సప్తాపి సూర్యాః లోకార్థమాకాశంసర్వత ప్రకాశయాన్తి”
సామనాచార్య ప్రోక్తము.

శ్లో. “పాపార్తి రోగ భయ దుఃఖహరం శరణ్యం ।

సంసారగాఢ తమసాగర తారకంచ ।

హంసాత్మకం విగమ వ్యేసుహస్కరం త్వాం ।

శ్రీ భాస్కరం కమల బాధవ మాశ్రయామి॥”

మహానుభావుండగు శ్రీ సూర్యనారాయణ భగవానుడు తన సప్త సప్తికలద్వారా తన వెల్తురు, వేడిమి, లోకకళ్యాణార్థము వినియోగించుచు నిత్యము ఆకాశగమనము చేయుచుంట మహద్వాత్సల్యమని ఎంచవలయును. ఈ వేడిమి వెల్తురు సత్తాత్రయం లేనిచో సృష్టియే నుండదు. ఇవి సృష్టి ఉత్పత్తికారకములేగాక సృష్టియందుండు క్రిమి కీటకాదులవద్దనుంచి మహాభూతములవరకు ఈ మూటి చైతన్యధారముచేసుకొనియే వాటి ఆయురారోగ్యములు కొనాడుకుని బ్రతకగలవు. గనుకనే సూర్యునిగూర్చి—

“ఆరోగ్యం భాస్కరాదిచ్ఛేత్”

యను ఆర్యోక్తిని వినుచుందుము. ఈ మూర్తియొక్క మహిమను అరుణ, సౌర, తృచ, పురాణ, పూర్వక సమస్కార, ఆరాధనశ్లోకములు మన పూర్వులు బహుశ రోగ నివారకమని అయుష్షవమని వక్కాణించి యున్నారు. ఆ మహితాత్ముని అవ్యాజ కృపారసమును సాధించుటకయి నమస్కరించుటే కర్తవ్యమని “శ్రీ సూర్యనమస్కారములని, అర్ఘ్య

ములని అరుణ, సార, తృచ యిత్యాది మంత్ర సారస్వమును కూర్చి యున్నారు. అయ్యును మనదేశమున విదేశీయ చికిత్సావిధానము, ఆస్పత్రులు ప్రబలిననాటనుండియు మనకు సూర్యనిదృష్టి తప్పిపోయి అనేక విధములైన ఆరోగ్యసౌకర్యములను కోల్పోయినాము. సూర్యుని వేడి, కాంతిలో ఆతపస్సైనము. దేహభాగములమీద ప్రత్యేక కిరణప్రసారము, సప్తకిరణ జీర్ణోదక ప్రాశన, సప్తరంగుల తీక్ష్ణకిరణ ప్రయోగ శత్రుచికిత్స, కిరణ దహన ఆహార శక్త్యుపయోగము, కంటికి కిరణశత్రు చికిత్స, సప్తరంగులలో వత్తువారణ, సూర్య సప్తకిరణధాతు మననోపాసన, యిత్యాద్యనేక సూర్య స్వభావిక మహిమ. శక్త్యుపయోగములనుకోల్పోవుటచేత దేహ తత్వములు నిస్సారములై, దుర్బలమై, దుర్నివార్యమగు అనేక రోగములకు పాశ్చాత్య తాత్కాలిక చికిత్సా వ్యయప్రయాసలకు లోనగుచున్నామని తెలుసుకునేది.

ఈ గ్రంథమందు పైనిచెప్పిన సూర్య చికిత్సా ప్రకరణములను అన్నియు వ్రాయుట భావ్యముగాదు. దానికిగాను వేరొక గ్రంథరచనయే సమంజసము. గాని ప్రస్తుతకాలములో యింకను కొంతవరకు ఆచారములో నున్న శ్రీ సూర్యనమస్కార ప్రభావమునుగూర్చియు, ఏతదనుష్ఠానయోగమును క్లుప్తముగ చూపుచున్నాము. ఈ నమస్కారములు రెండువిధములుగా ఆచరించబడుచున్నవి: ఒకటి వైదిక, ఆధ్యాత్మిక విధానము, రెండవది ఆసనయోగ కళావిధానము. ఇందు రెండవ పద్ధతికింద ఎక్కువగా యోగాసనములు వ్యాయామ కళాశాలలందును, ప్రకృతి చికిత్సాలయములందును, ప్రతీక సూర్యచికిత్సా శిబిరములందును తగు జాగ్రత్తతో నడుచుచున్నవి గాని అవి సూర్యనమస్కార ఆసనములుగావు. అవి పతంజలి యోగవిధానములు. మొదటి విధానము మనము సానారణముగ పురోహిత గణముద్వారా చేయించి తీర్థప్రాశనతో సరిపెట్టుకొనుచున్నాము. గాని యిందు మొదటివిధానము సూర్యునియొక్క నమస్కార. పూజా విధానముతోకూడినది. గావున మన గృహాంగణములందు మనమే స్వయముగ చేసుకొనగల సులభోపాయముగాన స్త్రీ, పురుషాదులు, పిన్నలు, పెద్దలు

యావన్మందియును ఆచరించు విషయముల నిందు వ్రాయుచున్నాము. ఈ విధానము రోగులకేగాక, ఆరోగ్యవంతులకును క్లుప్త నిత్యాచరణగా యున్నయడల చాల భవిష్యత్ప్రయోజనమును పొందుచుందురని తెలుసుకుని ఎనిమిది పది సంవత్సరముల వయస్సులలోనివారు క్రిమేణ ఈ నమస్కారానుష్ఠానమునకు అలవడుట మంచిదని మనవి.

శ్రీ సూర్య నమస్కారములు—వైదిక విధానము.

ప్రతిదినమున వేకువన మేల్కొంచి దేహనైజమును దీర్చుకుని,

స్నానమొనర్చి, శుచిర్వస్త్రధారణచేసి, పుండ్రధారణచేసి, పూజ కువక్రమింపవలెను. ఈ విషయములు లోగడ నిత్యోపాసనవిధానములో వ్రాసియున్నాము. గాన అటుల ఆచరించేది.

ఆచరించి—ఉచితస్థానమున చిన్నమంటపముపై శ్రీ సూర్యభగవాన్ విగ్రహమునుగాని, ప్రతీకగాని ఉంచి దానితోపాటుగ “శ్రీ సూర్యశ్వాల” సాలగ్రామము శ్రీ సూర్య సకలసిద్ధి సుంత్రము శ్రీమన్నారాయణ ప్రతిమను ఉంచి ప్రాణప్రతిష్ఠచేసి నమస్కరించేది. ఈ ఏర్పాటు వీలగునంతవరకు సూర్యునిఎండ పెడగలస్థలమందు చేయు టుచితము. సూర్యుని లేతకాంతులలో చేయుట శ్రేష్ఠము. అట్లుగాక ఇంటిలో భాగములోపల చేయవలసినచో దీపారాధన తప్పక చేయవలెను. దీనిని సూర్యభగవాన్ ప్రత్యామ్నాయ జ్యోతిస్వరూపముగ నెంచవలెను. ఎండ రానగు తావులలో ఉపాసకుడు నీచనయుండి తామ్రపక్షరములో రక్తచందనగంధములో సూర్యయంత్రమును వ్రాసి అందు పైని నీరుపోసి ఆ నీటిలో సూర్య ప్రతిబింబమును చూచుచున్న చేయవచ్చును.

అనుష్ఠానము

శ్లో. శుక్లాంబరధరం విష్ణుం శశివర్ణం చతుర్భుజమ్ ।

ప్రసన్నవదనం ఛాయేత్సర్వ విఘ్నోపశాంతయే॥

* ఇందుకుగాను పుంస్త్రీలు, బాలబాలికలు, రోగులు కంఠస్థానము ఉష్ణోదకమున చేయవచ్చును. రోగులు అదియును చేయ నశక్తులగుచో విభూతి లేక పసుపు నీటిని సమంత్రకముగ మార్జనము చేసుకునేది.

గణపతిని స్మరించి నమస్కరించేది.

దైవీ గాయత్రి చందః ప్రాణాయామే వినియోగః

ముమ్మారు ప్రాణాయామము చేసేది. [ప్రాణాయామ అధ్యాయము చూచేది]

—: సంకల్పము :—

• ఓం భూర్భువస్సువః ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ
అస్మాకం సహజటుంబానాం సకల ఐశ్వర్య ఆయురారోగ్యాభి
వృద్ధ్యర్థంక్షేమస్థైర్య విజయ ధర్మార్థ కామమోక్ష చతుర్విధ ఫల పురుషార్థ
సిద్ధ్యర్థం శ్రీ చాయా ఉషాదేవిసమేత శ్రీ సూర్యనారాయణ ముద్దిశ్య
శ్రీ సూర్యనారాయణ ప్రీత్యర్థం హరిహర బ్రాహ్మణసన్నిధౌ పంచబ్రహ్మ
కశ్య, చతుర్దశావరణస్థితసమస్త దేవదేవీ సహితస్య యంత్రిమూలేన త్రియా
మూర్తేర్భగవతః శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తి కృపయా సమస్తపాప
దురితక్షయద్వారా మమశరీరే వర్తమాన వర్తిష్యమాణ వాతపితృకపోద్భవ
నానాకారణ నిమిత్త శ్వాశకాస, జ్వర, పాండు, క్షు, శూం, ప్లిహ,
కర్ణ, అతిసార, ధతుక్షయ, మధుమేహ, వ్రణ, మేహ, భగంధరాది
నానామేహ హేతుభూత రోగ దురితక్షయ ద్వారా క్షిప్రమేవాయురారోగ్య
దీప్తాయ రవాప్తయే త్రిచమంత్ర విధానేన (సౌర విధానేన అరుణేనచ)
శ్రీ సూర్యవమస్కార కృత్యార్థ్య ప్రదానాని కరిష్యే ||

ఏతన్మహామంత్రస్య కణ్ఠ్యపత్రః ప్రస్కంఠ్యః, అనుష్ఠుప్త
చందః. రవిః దేవత, జ్ఞాననేత్రం శ్రీ సూర్యస్తత్వమ్, హ్రోం బీజం హ్రీం

• సంకల్పాది పూజా విధానము పిల్లలకు అవసరములేదు. వారణ
వ్యాయామముగా నమస్కారములుచేసేది. ఈ సంకల్పము వివాహితలైన
శ్రీ. పురుషాదులు చెప్పకుని వారు స్వంతముగా సమస్కారములు చేసు
కొనుటకుగాను సులభపద్ధతిగా యివ్వబడినది. ఇవే వైదికబ్రాహ్మణులు
చేసేయడం అరుణ, సౌర, నమక చమక మంత్రములతో జోడించి
చేయగలరు. స్వయముగా ఎంతచేసినను ఎక్కువ ఫలము నిచ్చును.

శక్తిః క్రోం కీంకం సౌః ధాయా ఉషాసమేత శ్రీ సూర్యనారాయణ ప్రసాద
సిద్ధ్యర్థే త్రివార్కపూర్వక నమస్కారకృత్యే వినియోగః అథ అంగన్యాస
కరాన్యాసాదీని--

ఈ అంగన్యాస కరన్యాస దిగ్బంధములు లోగడ అధ్యాయములో
పున్నవి చేసుకొనవచ్చును.

ధ్యానము

శ్లో. రక్తాంబరం రక్తవర్ణం రక్తనేత్రాజ్జయుగ్మకం ।

ఛాయోషాశక్తిసంయుతం పుణీసూర్యమహంభజే॥.

ఓం ఓం ఓం.

అథ: నమస్కారములు:- రోగులైనవారు శ్రీ సూర్యషడంగము
ంతో ద్వావళాకిత్యులపేర్లు చెప్పి “నమః” అని రోగులు తమకుగల
రోగము పేరుచెప్పి నమస్కారం చేసేది. ఉదాహరణ: “మిత్రాయనమః
హృద్రోగవినశాయ” అని, నమస్కారం సమర్పయామి అనేది. రోగులు
కానివారు ఊరక నమస్కారములు చేసేది.

1. ఓం భూర్భువస్వః ఓం హ్రీం మిత్రాయనమః-నమస్కారం సమర్పయామి.
2. ఓం భూర్భువస్వః ఓం హ్రీం రవయేనమః-నమస్కారం సమర్పయామి.
3. " " " హ్రీం సూర్యాయనమః- "
4. " " " హ్రీం భానవేనమః- "
5. " " " హ్రీం భగవాయనమః- "
6. " " " హ్రీం పూష్టేనమః- "
7. ఓం భూర్భువస్వః ఓం హ్రీం హిరణ్యగర్భాయనమః- "
8. " " " హ్రీం మరీచయేనమః- "
9. " " " హ్రీం ఆదిత్యాయనమః- "
10. " " " హ్రీం సవిత్రేనమః- "
11. " " " హ్రీం అర్కాయనమః- "
12. " " " హ్రీం భాస్కరాయనమః- "

13. ఓం భూర్భువస్వః ఓం హ్రం ప్రీం మిత్ర రవిభ్యాంనమః:-
నమస్తారం సమర్పయామి,
14. " " " హ్రం హ్రైం సూర్యభానుభ్యాంనమః:- "
15. " " " హ్రం హ్రాః ఖగపూషాభ్యాంనమః:- "
16. " " " హ్రం ప్రీం హిరణ్యగర్భ మరీచిభ్యాంనమః:-
17. " " " హ్రం హ్రైం ఆదిత్య సవిత్పభ్యాం నమః:- "
18. " " " హ్రం హ్రాః అర్కభాస్కరాభ్యాంనమః:- "
19. ఓం భూర్భువస్వః ఓం హ్రం ప్రీం హ్రం, హ్రైం మిత్ర, రవి, సూర్య భానుభ్యాంనమః:- నమస్తారం సమర్పయామి,
20. " " ఓం హ్రం హ్రాః హ్రం ప్రీం ఖగపూష హిరణ్య గర్భ మరీచిభ్యాంనమః:- నమస్తారం సమర్పయామి,
21. " " ఓం హ్రం హ్రైం హ్రం హ్రాః-ఆదిత్య సవిత్త ర్కభాస్కరేభ్యాంనమః:- నమస్తారం సమర్పయామి,
22. ఓం భూర్భువస్వః ఓం హ్రం, ప్రీం, హ్రం, హ్రైం, హ్రాం, హ్రాః ఓం హ్రం, ప్రీం, హ్రం, హ్రైం, హ్రాం, హ్రాః మిత్ర, రవి, సూర్య, భాను, ఖగ, పూష, హిరణ్య గర్భ, మరీచ, ఆదిత్య, సవిత్ప, అర్క, భాస్కరే భ్యాంనమః:- నమస్తారం సమర్పయామి.
23. పై మంత్రమునే మరల పఠించేది,
24. 22వ-మంత్రమువలెనే పఠించేది.

ఓం, సవిత్ప సూర్యనారాయణ దేవతాభ్యాంనమః;
సర్వ నమస్తారం సమాప్తం.

అ ర్పణం

శ్లో. నమోఽథర్వ విధానాయ నమస్తే కృతసాక్షిణే ।

నమః ప్రత్యక్షదేవాయ భాస్కరాయ నమోన్నమః॥

అథ అర్హ్యప్రదానం కరిష్యే:—

పై నమస్కారములుచేయు 12 మంత్రములతోనే సూర్యునికి 12 అర్హ్యము లివ్వవలెను. ఆ మంత్రములను చెప్పునప్పుడు నమస్కారం సమర్పయామి అనుటకు బదులుగా అర్హ్యం సమర్పయామి యనుచు ఉద్గరిణతో కలశోదకమును వేరే ఒక స్థాళియందుంచవలెను. అనుష్ఠానానంతరము ఈ జలమునే తీర్థముగా నేకరించవలెను. ఈవిధముగా 12 అర్హ్యములుగాని లేక, మొత్తం 24 అర్హ్యములుగాని సమయానుకూలముగ నివ్వవచ్చును. ఆరోగ్యవంతులుగానుండు యవ్వనవంతులు అధమము 2 లేక 4 ఆవర్తనములు $[24 \times 4]$ 96 గాని లేక 6 ఆవర్తనములు సాష్టాంగ నమస్కారములు చేయవచ్చును. స్త్రీలు, పిల్లలు 12 నమస్కారములతో అలవాటుచేసుకుని క్రమేణ రెండు ఆవర్తనములు ఆరోగ్యము కొరకు చేయవలెను.

శ్రీ సూర్యనమస్కారములు చేయు పద్ధతి

(ఈ పద్ధతిలో రేచకపూరక కుంభకములు చేయనక్కరలేదు. సులభశ్వాస, సులభ కుంభకములతో చేయవచ్చును.)

ఆసనములు, సాష్టాంగ నమస్కారములు చేయలేని బలహీనులు ఎక్కువ రోగముచే కుష్కించినవారు, స్త్రీలు [రోగులుకానివారు] & నమస్కారములను ఈ దిగువవిధమున చేయవచ్చును:—నేలమీద రెండు పట్టాలు పరచి మెత్తటి 4 మడతల దుప్పటిపరచి దానిపై ఒక చివరను తూర్పుగా తిరిగి నుంచుని 1వ మంత్రోచ్చారణచేయుచు సూర్యునికి నమస్కరించేది. ఆ నమస్కారము చేతులు ముందుకుదించి జాచి నమస్కరించుచు మోకాళ్ళమీద (యిందలి ఆసనములలో మకుటాసనమువలె) గొంతుక కూర్చునేది. ఇప్పుడు నమస్కారపు చేతులను మోకాళ్ళమీద మోచేతులుపెట్టి దింపి చూపవలెను. పిమ్మట ఈ న॥ చేతులను ముందుకు బాగా జాచి మోకాళ్ళ ముందుకు నేలన ఆన్ని కాలివేళ్ళ మడమలమీద కూర్చునేది. ముందు జాచిన న॥ చేతులను అలాగునే నేలమీదికి దించి దేహమును ముందుకు వంచి లలాటమును నమస్కారముమీద ఆన్ని

అస్పృకుండాపుంచి మొదటి మంత్రోచ్ఛారణ బిగ్గరగా చేసేది. పిమ్మటమరల మకుటాసనముగా నమస్కరించుచు గొంతుక కూర్చొని. పిమ్మట నిలువుగా లేచి చేతులను తొడలవద్దకు యిరువైపులదించి నుంచునేది. ఇప్పటికి ఒక్క మంత్రము ఒక్క నమస్కారము అయినది.

ఇప్పుడు నుంచుని వుండగానే మరల చేతులను నెత్తిపైకెత్తి నమస్కరించుచు 2వ మంత్రమును బిగ్గరగా చెప్పేది. వెనకటివలెనే గొంతుక కూర్చుని ముందుకు ఐగి నమస్కరించుచు ఆ రెండవమంత్రమునే మరల ఉచ్చరించుచు పైవలెనే నమస్కరించవలెను. ఇట్లు 12 గాని, 24 గాని, 4 అవర్తములుగాని. అంతకుమించిన్ని చేసినవారలకు సమస్త రోగములు నివారణ అయి నిత్యారోగ్యము. సుఖము, సంతానము. సౌభాగ్యములు ఆ సాక్షి భగవానుడగు శ్రీ సూర్యనారాయణుని కృపచేత కలుగునని వేదసమ్మతమైన ప్రమాణవచనముగా గ్రహించి, విశ్వసించి, అనుష్ఠించి, శ్రేయఃకాము లగుదురుగాక !

నమస్కారములు చేసినపిమ్మట ప్రాథమికలైనవారు కొంచెము సేపు * మౌనముగా శ్రీ సూర్యనియందు మనన చేయుచు అలసట తీరుటకు సుఖాసనమున కూర్చొని తదుపరి అర్ఘ్యములిచ్చి పూజ చేయవచ్చును.

ఈ దిగువ సంకల్పం చెప్పి పై మంత్రములతో 12 అర్ఘ్యములు యివ్వవలెను.

ఆదిత్యో వై తేజో బలం యశశక్షశ్రోత్ర మాత్మా. మిత్రో వాయు రాకాశః ప్రాణో లోకపాలః, కః, కిం. కం, తత్సత్యమన్న మమృతో

* శ్రీ సూర్యనియందు మననచేయుచు అనగా సూర్యుడు మనస్సునందు బ్రాలసూర్యుని. దివపు అనగా మధ్యాహ్నపు 12 గం||లోపు సూర్య బింబము] మన జ్ఞానచక్షువునందు కళ్ళుమూసుకుని చూడగలుగుట. సూర్యోపాసకునికి ఈ శక్తి చాల ముఖ్యము. ఎప్పుడు నేత్రములు మూసుకుని సూర్యుని తల్చుకున్నను ప్రత్యక్షముగ చూడకలుగవలెను. ఈ అభ్యాసముచే కండ్లు తెరుచుకున్నను సూర్యుడులేని సమయములలోను సూర్యుని చూడగలదు.

జీవో విశ్వకరమన్వయం బ్రహ్మభూత దమృత ఏష పురుష ఏష భూతా
నాం అధిపతిర్బ్రహ్మణ సాయుజ్యగ్ం సలోకతా మాప్నోత్యేతా సామేవ
దేవతా సాగ్ం సాయుజ్యగ్ం సార్జితాగ్ం సమాసలోకతా మాప్నోతియ
ఏవం వేదేత్యుపనిషత్ శ్రీ (సంజ్ఞా) ఛాయ ఉషాసమేత శ్రీ సూర్యనారా
యణస్వామినేనమః ప్రసన్నార్ఘ్యం సమర్పయామి. ఓం ఓం ఓం 12
అర్ఘ్యము లిచ్చినపిమ్మట పుష్పములతో సూర్యాదిదేవతలను పూజించ
వలెను,

అధ - పుష్పాణి

అధ:-యాజుషీయ అక్త్యుపనిషత్ ద్వారకసామ పూజాం కరిష్యే:-

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1. ఓం నమో భగవతే సూర్యా | 7. ఓం నమో భగవతే సత్వాయ |
| యనమః | నమః |
| 2. " " అక్షితేజసేనమః | 8. " " శుచిరూపాయనమః |
| 3. " " ఖేచరాయనమః | 9. " " హంసరూపాయనమః |
| 4. " " మహాసేనాయనమః | 10. " " విశ్వరూపాయనమః |
| 5. " " మహా తమసేనమః | 11. " " మృణినేనమః |
| 6. " " రజసేనమః | 12. " " జాతవేద సగ్హిర |

ఞ్మయజ్యోతి రూపాయనమః

సకల సుగంధపుష్పాణి పూజయామి సమర్పయామి.

లం-పృథ్వీత్మనే గంధం సమర్పయామి

హం-అకాశాత్మనే పుష్పం, పత్రం సమర్పయామి

యం-వాయాత్మనే దూపం సమర్పయామి

రం-అగ్నిత్మనే దీపం దర్శయామి

వం-అమృతాత్మనే అవసరమైన వేద్యం ఇక్షుఖండం సమర్పయామి.

సం-సర్వాత్మనే నీరాజనం, మంత్రిపుష్పం. తాంబూలం, చక్ర.

చామరాది షోడశోపచార పూజాం సమర్పయామి.

శ్లో. "రక్తాబ్జ యుగ్మాభయదాన హస్తకేయూర హారాంగద

కుండలాఢ్యం ;

మాణిక్యమౌళిం దిననాభమీదేబంధూకకాంతిం విలసత్రినేత్రం॥"

ఫలశ్చతి:—

శ్లో. అదిత్యస్య నమస్తారం యే కుర్వంతి దినేదినే ।

జన్మాంతర సహశ్రేష్వపి సర్వోగి నజాయతే॥

తులసికోటలో ముమ్మారు సనితృ అర్ఘ్యప్రదానములిచ్చి ప్రత్యక్షి సూర్యభగవానునికి నమస్కరించవలెను. పిమ్మట స్థాళిలోని తీర్థమున ప్రసాదములు స్వీకరించేది.

అ ధ - ఉ ద్వా స నం

శ్లో. ప్రయాతు భగవానీశస్సర్వదేవ నమస్కృతః ।

అనేనహ విషాత్ప్రప్తః పునరాగమనా యచ॥

ఓం శాంతి శాంతి శాంతిః

ఓం ఓం ఓం

గమనిక:—ఇందు చెప్పినట్లు శ్రీ సూర్యనమస్తారములు ప్రతిరోజు చేసినచో మిక్కిలి ఆరోగ్యము [సర్వరోగహరమై] కలుగును. ప్రతిరోజు నమస్తారములు చేయుటకు ముందుగాని, చేసిన తరువాతగాని స్నానాలు చేసి పూజా పురస్కారములు చేసినచో శ్రేష్ఠమేగాని అట్లు చేయుటకు వసతి, వీలు, ఓపికలేనివారు ఒక్కనమస్కారవిధినే ఆచరించి ఆరోగ్యము సంపాదించుకొనవచ్చును. ఇట్టివారు అదివారమునాడు మాత్రము ప్రత్యేకముగా పూజా పునస్కారాలులనుచేసి శ్రీ సూర్యభగవానుని సంతోషపరచి తీరవలెను. అప్పుడుగాని తమ కృషికి తగినంత ఫలము శీఘ్రముగా లభించనేరదని తెలుసుకునేది. నిస్సంతానులైనవారు సూర్య నమస్కారములతోపాటు నిత్య రవివారవ్రతమున్ను ఒక సం॥కాలము ఆచరించుట ముఖ్యమని గమనించినచో శ్రేయోదాయకము.

ఈ నమస్కారములుగాకను వ్యాధులు కలిగినప్పుడు ఒక్కొక్క వ్యాధికి ఒక్కొక్క శ్లోకముచొప్పున కొన్ని పురాణ శ్లోకములు గలవు. పెద్దలు వాటిని స్మరించుచు విభూతి మంత్రించి పెట్టుచుండవచ్చును. ఆ శ్లోకములను కొన్నింటిని యిచ్చుట వ్రాయుచున్నాము. వాటివలెనే యితర రోగములకును అట్టి శ్లోకములను ఆరోగము పేరుతో జపించవచ్చును.

—: పురాణోక్త సమస్కారములు :—

[శ్రీ చల్లావారు వ్రాసిన “సూర్యసమస్కార దర్శనం” చూచేది]

ప్రార్థన:- శ్లో. జన్మాంతర కృతైర్హోమైశ్శరీరేమే సముద్ధితాం ।

* 1. వ్యాధిం వినాశయక్షిప్రం భాస్కరాయ నమోన్నమః॥

2. “ జ్వరపీడా సముద్భూత దేహపీడానివృత్తయే ।

— — — — — భాస్కరాయ నమోన్నమః॥

3. “ క్షయవ్యాధి సమాద్రాంత దేహచింతాని పీడితః॥

4. “ కుష్టుపీడ పరిక్షీణ శరీరవ్యాధి బాధితః॥

5. “ మారీమశూచి ప్రభృతి సర్వరోగ నివృత్తయే॥

6. “ సంతానహీన చింతాయ నితాంతక్లిన్నమానసః॥

7. “ పితాచాది మహాభూత సదాపీడిత మానసః॥

8. “ పాపానల ప్రదగ్ధస్య తైత్యావిపులవారిదః॥

9. “ సుమంగలీత్వ సౌభాగ్య సౌసీల్యాది గుణాస్తయే॥

10. “ జన్మమృత్యు జరావ్యాధి పారతంత్ర్యాదిభిన్నదా॥

11. “ దుస్స్వప్నదుర్నిమిత్తాది దోషసంగ నివృత్తియే॥

శరణాగతి 12. హృదయేమేయద్యో దిష్టం [యత్సంకల్పం] తత్సర్వం

సఫలంకురు,

ఓం శ్రీ సూర్యనారాయణం త్వం వినానహిమేగతిః॥

* మొదటి శ్లోకము రెండవపాదము ప్రతి శ్లోకమునకు చేర్చుకుని క్రిందివి 12 శ్లోకములు నేర్పవలెను. ఇతర రోగములకు మంత్రములు “దర్పణము” చూచేది.

* పితాచాది భూతభయాలు:—భయాలు 8 విధములు. 1. విష జంతుపుభయము. 2. ఆయుధభయము. 3. చోరభయము, 4. మృగ భయము. 5. వాయుభయము, 6. అగ్నిభయము. 7. జలభయము, 8. క్రూరభయము అనగా క్రూరులవల్ల భయము. పిల్లలుదడుగుకున్నప్పుడు ఈ మంత్రముతో (7) దానితోను విభూతినివిభూతి మంత్రములతోను మంత్రించి తల్లిదండ్రులు పెట్టవచ్చును.

పైవిధముగా సూర్యనమస్కారములు వైదికవిధానమున అరుణ, సారాదితోచ్చారణలతోగాని, లేక మేమిచ్చిన క్లుప్త మంత్రోచ్చారణతోనైన చేసిన తీవ్రరోగములు నివారణ కాగలవు. అంతకు, కానివారు (మధుమేహము, తీవ్ర శ్వాసకాసలు గలవారు) ఇకముందు చెప్పబోవు సూర్య నమస్కారాసనములు చేయుచు స్వల్ప వైద్యము నడుపుకన్నచో త్వరలో రోగనివారణయగును. అందులకు శిషివండ్లనుంచి శ్వాసకాస (Asthma)తో తీవ్రబాధపడుచుండిన మాయొక్క స్వానుభవమే సాక్ష్యము.

అథ నవగ్రహ స్తోత్రమ్.

శ్రీమదాదిత్యాది నవగ్రహ దేవతాభ్యోన్నమః
అథ నవగ్రహస్తోత్ర ప్రారంభః

1. జపాకుసుమ సంకాశం కాశ్యపేయం మహాద్యుతిమ్
తమోరిం సర్వపాపమ్నం ప్రణతోస్మి దివాకరమ్.
2. దధిశంఖ తుషారాభం క్షిరాణావ సముద్భవమ్
నమామిశశినం సామం శంభో ర్ముకుటభూషణమ్.
3. ధరణీగ్న్య సంభూతం విద్యుత్కాంతి సమప్రభమ్.
కుమారం శక్తిహస్తంతం మంగళం ప్రణమామ్యహమ్.
4. ప్రియంగు కలికాశ్యామం రూపేణా ప్రతిమంబుధమ్
సౌమ్యంసౌమ్య గుణోపేతం తంబుధం ప్రణమామ్యహమ్.
5. దేవానాంచ ఋషీణాంచ గురుంకాంచన సన్నిభమ్
బుద్ధిభూతం త్రిలోకేశం తంనమామి బృహస్పతిమ్.
6. హిమకుంద మృణాలాభం దైత్యానాం పరమంగురుం
సర్వశాస్త్రప్రవక్తారం భాగవం ప్రణమామ్యహమ్.
7. నీలాంజన సమాభాసం రవిపుత్రం యమాగ్రజమ్
ఛాయా మార్తాండ సంభూతిం తన్నమామి శనైశ్చరమ్.
8. అధికాయం మహావీర్యం చంద్రాదిత్య విమర్దనమ్
సింహికా గర్భ సంభూతిం తంనమామి ప్రణమామ్యహమ్.

9. పరాశపుష్ప సంకాశం తారకాగ్రహ మస్తకమ్
రౌద్రం రౌద్రాత్మకం ఘోరం తింకేతుం ప్రణమామ్యహమ్.
 10. ఇతివ్యాసముఖోద్గీతం యఃపఠే తుసమాహితః
దివావాచుదివారాత్రౌ విష్ణుశాంతి ర్భవిష్యతి.
 11. నరనారీ నృపాణాంచ భవేస్తుస్త్వన్న నాశనమ్
ఐశ్వర్యమతులంతేషా మార్గ్యం పుష్టివచనమ్.
 12. గ్రహనక్షత్ర జాఃపీతా స్తస్కరాగ్ని సముచ్ఛవాః
తాస్సవ్యాః ప్రశమంయూంతి వ్యాసోబ్రూతే నసంశయః.
- ఇతి శ్రీ వ్యాసవిరచితం నవగ్రహస్తోత్రం సంపూర్ణమ్.

అథ శ్రీ శివప్రోక్తసూర్యాష్టకము.

- శ్లో. ఆదిదేవ నమస్తుభ్యం ప్రసీదమమ బాహుర
దివాకర నమస్తుభ్యం ప్రభాకర నమోస్తుతే.
- శ్లో. సప్తాశ్వరథమారూఢం ప్రచండం కశ్యపాత్మజం
శ్వేత పద్మధరం తం సూర్యం ప్రణమామ్యహమ్.
- శ్లో. రోహితం రథమారూఢం సర్వలోక పితామహమ్
మహాపాపహరం దేవం తం సూర్యం ప్రణమామ్యహమ్.
- శ్లో. త్రైగుణ్యంచ మహాకూరం బ్రహ్మవిష్ణుమహేశ్వరమ్
మహాపాపహరం దేవం తం సూర్యం ప్రణమామ్యహమ్.
- శ్లో. బృంహితం తేజసాంపుంజం వాయురాకాశమేవచ
ప్రభుత్వం సర్వలోకానాం తం సూర్యం ప్రణమామ్యహమ్.
- శ్లో. బంధూకపుష్ప సంకాశం హరకుండలభూషితమ్
ఏకచక్రధరం దేవం తం సూర్యం ప్రణమామ్యహమ్.
- శ్లో. విశ్వేశం విశ్వకర్తారం మహాతేజః ప్రదీపనమ్
మహాపాపహరమ్ దేవం తం సూర్యం ప్రణమామ్యహమ్.
- శ్లో. శ్రీ విష్ణుం జగతానాథం జ్ఞానవిజ్ఞాన మోక్షదమ్
మహాపాపహరం దేవం తం సూర్యం ప్రణమామ్యహమ్.

- శ్లో. శ్రీ సూర్యాష్టకం పఠేనిత్యం గ్రహపీడాప్రణాశనమ్.
అపుత్రో లభతే పుత్రం దరిద్రో ధనవాన్ భవేత్.
- * శ్లో. ఆమిషం మధుపానంచ యఃకరోతిరవేదికేనే
సప్తజన్మ భవే ద్రోగి జన్మజన్మ దరిద్రతా.
- * శ్లో. స్త్రీ, తైల, మధుమాంసాని యాస్త్యజేత్తురవేదికేనే
నవ్యాధిశోకదారిద్ర్యం సూర్యలోకం సగచ్ఛతి.
- ఇతి శివప్రోక్తసూర్యాష్టకము సర్వం సంపూర్ణం.
ఓం శాంతి శాంతి శాంతిః
ఓం తత్సత్.

—: అథాదిత్య హృదయ స్తోత్రమ్ :—

1. తతో యద్ధపరిశ్రాంతం, సమరే చిన్తయాస్థితమ్
రావణం చాగ్రతో దృష్ట్వా, యుద్ధాయ సముపస్థితమ్.
2. దైవతైశ్చ సమాగమ్య, ద్రష్టు మభ్యాగతో రణమ్
ఉపాగమ్యాబ్రహ్మద్రామ, మగస్త్యో భగవాన్ ఋషిః
3. రామ రామ మహాబాహో, శృణుగుహ్యం సనాతనమ్.
యేన సర్వా నరీకా వత్స, సమరే విజయిష్యసి.
4. ఆదిత్యహృదయం పుణ్యం సర్వశత్రు వినాశనం,
జయావహం జపేన్నిత్యం, మక్షయ్యం పరమం శివమ్.

* సూర్యోపాసకులు ఎంత పవిత్రులుగా ఉంటే అంతకు హెచ్చు.

* ప్రాకృత అప్రాకృత ఆశయములలో ఉత్తీర్ణులగుదురు. గనుకను ఉపాసనకు వర్ణాదిభేదములుగాని, ఆశ్రమాదిభేదములుగాని, స్త్రీ, పులింగభేదములుగాని లేవు. సర్వమును మధు, మద్య నిషిద్ధ, ఆహార, విహభోజన భాజనములను మాని, దామసాన, మాంసాదులు మానవలె ఆదివారమునాడు సంభోగమును మానవలెను. సాత్వికాహారాలై నిషేమకులుగ నుండవలెను.

5. సర్వమంగళ మాంగల్యం, సర్వపాప ప్రణాశనమ్,
చింతాశోక ప్రశమన మాయుర్వర్ధన ముత్తమమ్.
6. రశ్మిమంత్రం సముద్యంతం, దేవాసుర నమస్కృతమ్,
పూజయస్వ వివస్వంతం. భాస్కరం భువనేశ్వరం.
7. సర్వదేవాత్మకో హేష. తేజస్వీ రశ్మిభావనః,
ఏష దేవాసురగణాన్, లోకాన్ పాతి గభస్తిభిః.
8. ఏష బ్రహ్మచ విష్ణుశ్చ. శివ స్కన్ధః ప్రజాపతిః,
మహేంద్రోధనదః కాలో, యమ స్సోమోహ్యపాంపతిః.
9. పితరో వనవ సాన్ధ్యా. హ్యశ్వినౌ మరుతో మనుః.
వాయు ర్వహ్నిః ప్రజాఃప్రాణ, ఋతుకర్తా ప్రభాకరః.
10. ఆదిత్య ససవితా సూర్యః, ఖగః పూషా గభస్తిమాన్,
సువర్ణ సదృశో భాను, ర్హిరణ్యరేతా దివాకరః.
11. హరిదశ్వః సహస్రార్చిః సప్తసప్త ర్మరీచిమాన్,
తిమిరోన్మథన శ్శంభు, స్వష్టా మారాండ అంశుమాన్.
12. హిరణ్యగర్భ శ్శిశిర. సప్తనో భాస్కరో రవిః
అగ్నిగర్భోఽదితేఃపుత్రః శంఖ శ్శిశిరనాశనః.
13. వ్యోమనాథ స్తమోభేదీ, ఋక్యజుస్సామపారగః,
ఘనవృష్టి రపాంమిత్రో, వింధ్యవీధీ స్లవంగమః.
14. ఆతపీ మండలీ మృత్యుః పింగళ స్సర్వతాపనః,
కవిర్విశ్వో మహాతేజా. రక్త స్సర్వభవోద్భవః.
15. నక్షత్రగ్రహతారాణా, మధిపో విశ్వభావనః,
తేజసా మపితేజస్వీ, ద్వాదశాత్మ స్సమోఽస్తుతే.
16. నమఃపూర్వాయ గిరయే. పశ్చిమే గిరయే నమః,
జ్యోతిర్గణానాం పతయే. దినాధిపతయేనమః.
17. జయాయ జయభద్రాయ, హర్యశ్వాయ నమోనమః
నమోనమ స్సహస్రాంశో. ఆదిత్యాయ నమోనమః.

18. నమ ఉగ్రాయ వీరాయ, సారంగాయ సమోనమః
నమః పద్మప్రబోధాయ, మూర్తాందాయ సమోనమః.
19. బ్రహ్మేశానాయుతేశాయ, సూర్యా యాచిత్యవర్చసే
భాస్వతే సర్వభజాయ, రోద్రాయ వపుషేనమః.
20. తిమోహ్నుయ హిమహ్నుయ, శత్రుహ్నుయామితాత్మనే
కృతిహ్నుహ్నుయ దేవాయ, జ్యోతిషాం పతయేనమః.
21. తప్తవామికరాభాయ, వహ్నుయే విశ్వకర్మణే.
నమస్తమోఽభినిహ్నుయ, రచయే లోకసాక్షిణే.
22. నాశయ త్యేషవైభూతం, తదేవ సృజతి ప్రభుః,
పాయత్యేష తపత్యేష, వర్షత్యేష గభస్తీభిః.
23. ఏష సుప్తేషు జాగర్తి, భూతేషు పరినిష్ఠితః,
ఏష ఏవాగ్నిహోత్రంచ ఫలంచై వాగ్నిహోత్రీణామ్.
24. వేదాశ్చ క్రతవశ్చైవ, క్రతూనాం ఫలమేవచ,
యాని కృత్యాని లోకేషు, సర్వ ఏష రవిః ప్రభుః.
25. ఏన మావత్సు కృచ్ఛేషు, కాంతారేషు భయేషుచ,
కీర్తయన్ పురుషః కశ్చి, న్నావసీదతి రాఘవ.
26. పూజయన్వైస మేకాగ్రో, దేవదేవం జగత్పతిమ్,
ఏతత్త్రిగుణితం జప్త్వా, యుద్ధేషు విజయిష్యసి.
27. అస్మిన్క్షణే మహాబాహో, రావణం త్వం వధిష్యసి,
ఏవ ముక్త్వా తదాగస్త్రోఽ, జగామచ యథాగతమ్.
28. ఏతచ్ఛ్రుత్వా మహాతేజా, నష్టశోకోఽభవత్తదా.
ధారయామాస సుప్రీతో, రాఘవః ప్రయతాత్మవాన్.
29. ఆదిత్యం ప్రేక్ష్య జప్త్వాతు, పరం హర్ష మవాప్తవాన్,
త్రిరాచమ్య కుచిర్భూత్వా, ధనురాదాయ వీర్యవాన్.
30. రావణం ప్రేక్ష్య హృష్టాత్మా, యుద్ధాయ సముపాగమత్
స్వయత్నేన మహతా, వధే తస్యఘతోఽభవత్.

31. అథ రవి వరదన్నిరీక్ష్య రామం,
ముదితమనాః పరమం ప్రహృష్యమాణః,
నిశిచరపతి సంక్షయం విశిత్వా,
సురగణమధ్యగతో వదస్యరేతి.
32. ఇత్యార్షే శ్రీమద్రామాయణే యుద్ధకాండే
ఆదిత్యహృదయస్తోత్రం నామ సప్తోత్తరశతతమ స్సర్గః.

(శ్రీ సూర్యారాధన - వ్రతకల్పవిధానము.

శ్రీ సూర్యారాధనలో వ్రతకల్పవిధాన మొకటి కలదని చెప్పియుంటిమి. ఈ వ్రతములు రెండువిధములు (i) నిరశనార్థవారవ్రతము (ii) నిశ్యరవివారవ్రతము. ఇవి గృహస్థాశ్రమమున ఆచరణీయము. ఇందు మొదటిది స్త్రీలు ప్రత్యేకించి అనుష్ఠించవలెనది. ఇది స్త్రీలకు ఋతుసంపర్కదోషాలు బాపి, బ్రహ్మజ్ఞాన సముపార్జనాన క్తి కలిగించగలదు. రెండవది స్త్రీ, పురుషులు లిరువురకును బ్రహ్మజ్ఞాన, బ్రహ్మరీతి, బ్రహ్మైక్య సాయుజ్య ప్రాప్తికొరకై ఆచరణీయము. గృహస్థవర్తమందు నిరశనార్థవారవ్రతము మూడుసంవత్సరములు సలిపి, ఉద్యాపనవేసినమీదట జీవితాంతమువరకును నిత్య రవివారవ్రతమునాచరించవలెను. దీనికి ఉద్యాపనలేదు.

ఈ వ్రతవిధానము లిచ్చట వ్రాయుట గ్రంథబాహుళ్యమునకును, ముద్రణవ్యయము పెరుగుదలకును కారణమై యిబ్బంది జరుగును. ఈ వ్రతవిధానములు శ్రీ వావిళ్ళవారు అచ్చొత్తించిన “వ్రతచూడామణి” యను గ్రంథమున చూచి సాంగముగ ఆచరించవగును. ఆ గ్రంథము లభ్యముగానిచో ఈ దిగువచూపిన క్లుప్తవిధానములో చేయవచ్చును.

నిరశనార్థవారవ్రతము.

శ్రీ సూర్యపర్వడికి పూర్వ దినమున ఉపవశించిగాని లేక అపక్వాహారముతీసుకుని ఆ పర్వడి దినమున బ్రహ్మముహూర్తమున లేచి సూర్యచండకము స్మరించి. కాలకృత్య, స్నాన, నిత్య సంద్యావందనాద్య నుష్ఠానములం దీర్చుకుని అనంతరిమీవ్రతమున కుపక్రిమించేది. ఎదు

రుగా శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తి ప్రతిమ, లేక ప్రతీకకాని, సూర్యయంత్రము, నవగ్రహ కవచము, సూర్యసాలగ్రామము యిత్యాదులు అమర్చుకునేది. ఒక వేదవిధుడైన సద్బ్రాహ్మణుని సహాయముచే వ్రతము చేయమొనరిడి గణపతిని పూజించేది. మంటపారాధనకు పీఠము నమర్చి కలశస్థాపనచేసి, ఈ దిగువ సంకల్పము ప్రత్యేకముగ చెప్పుకొనవలెను.

సంకల్పము: ఇహ జన్మని, జన్మాంతరేషుచ సజ్జాత సమస్త పాప క్షయార్థం, విశేషేణ, అస్మిన్ జన్మని ప్రథమార్తవ దివసమారభ్య ఏతావత్సర్వంతంబుతుకాలిక శాస్త్రీయ నియమలోపేన క్షీడాది సమయే స్పర్శాది దోషేషుచ, సంపాదిత మహాపాప నివృత్త్యర్థం, కామాచారేణ నిషిద్ధకాల కృతమైషునాది దోషప్రాయశ్చిత్తార్థం, పాతివ్రత్యలోప ప్రాయశ్చిత్తార్థం, గార్హస్థ్యధర్మలోప ప్రాయశ్చిత్తార్థం, ఆరోగ్య సిద్ధ్యర్థం, యావజ్జీవం నేత్రారోగ్యసిద్ధ్యర్థం, ఉత్తరాయణ మరణ సూర్యలోకాది ప్రాప్తి ద్వారా సద్గతి సిద్ధ్యర్థం. శ్రీ సూర్యనారాయణమద్దిశ్య శ్రీసూర్యనారాయణ ప్రీత్యర్థం పురాణోక్త ప్రకారేణ. సంభవతానియమేన సంభవద్విధ్యైవై స్సంభావద్విరుపాచారైశ్చ శ్రీసర్వగ్రహ సహకారతః శ్రీ ఛాయ ఉషాసమేత శ్రీ అనూర రధిసేవితశ్రీ సూర్యనారాయణోద్దేశ్య నిరళనార్క వారవ్రతం కరిష్యే:—

పిమ్మట కలశారాధనచేసి సర్వవ్రతమును సాంగముగ జరిపేది. పిమ్మట సూర్యనిగ్రహం, లేక ప్రతీక. యంత్ర, సాగ్రామాదికములను శ్రీ సూర్య ఆష్టోత్తర శత, సహస్రనామములతో పూజించేది. అవసరమైన వేద్యముచేసి లేచి, నిత్యసూర్య మంత్రోపాసన, అర్ఘ్యములు, నమస్కారములు, తులసికోట ప్రదక్షిణ అర్ఘ్యముల నిచ్చేది. అనంతరము పునః పూజ. మహానైవేద్యము చేసేది. హారతి మంత్రపుష్పము, అత్మ ప్రదక్షిణ నమస్కారములు చేసి ఈ దిగువ వ్రతకథను చెప్పుకుడి:—

పూర్వము కృతయుగమున గోదావరీ తటమందొక గ్రామములో అర్కసోమయాజిభాగ్య మహాపాపకర్మపశంబైన ప్రాకృతజన్మ పరంపరా బంధవిముక్తికై ఈ వ్రతమును ఒక మాఘపాదివారమున సశాస్త్రీయముగ

అనుష్ఠించెను. మంటపమున 5 లేక 7 చిన్న కంచుకలశములందు తండులముల పోసి గోక్షీరముతో ప్రోక్షించియుంచి వ్రత సమాప్తియందు శ్రీ సూర్య నారాయణునికి నైవేద్యమొనర్చెను. మరుదినమున స్వామికి పునఃపూజ యొనర్చి బ్రాహ్మణ సమారాధనయును, మండపారాధన ద్రవ్యముతోపాటు ఆ కలశలను, గో, వస్త్ర, ఆభరణాదులతో సమస్తమును బ్రాహ్మణులకు దాన మొసంగి కృతార్థులయ్యెను. ఆ సమయమునకు తుందిలుదను బ్రాహ్మణ యువకుడు కష్టరోగిగ నుండి భిక్షుల ననిమిత్త్యర్థ మచ్చోటికి జని యా సోమిదేవమ్మును జూచునరికి తనదేహములో ఒక విధమగు నూత్నరక్త సంఘాత పరిణామము కలుగుచున్నటుల పొడగట్టి తన బాధ యావత్తును నివారణయై పట్టుతోచెను. ఆపెయు సేతద్దుగుణమునకచ్చెరువంది ఆతనికి శ్రీ సూర్యనారాయణుని హవిస్సు, ప్రసాదముల నొసంగ ఒక్క తృటికాలమున యాతడు వజ్రకాంతుల వెలుగు దేహచ్ఛాయగలవాడై, బ్రహ్మజ్ఞాన విలక్షణ మానసుడై నిలువంబడియె. సోమయాజి ఆ వృత్తాంత మారసి ఆతనిని తననింట నిలువ పోతనహించి, శ్రీ సూర్యనారాయణుని వ్రత మాచరింపజేసి. పిమ్మట యొక శుభదినంబున వయస్కుయగు తన ఉత్తమ పుత్రిక వివాహముననిచ్చి గౌరవించెను.

—: ఉద్యాపన :—

ఈ ప్రకారము అర్కసోమయాజియును తుందితులుండును శ్రీ సూర్యభగవానుని కృపచే మూడుసంవత్సరము లేకదీక్షగ ఏదన్విత మాచరించి పిమ్మట ఒక రథసప్తమినాడు ఉద్యాపనయును జేసిరి. ఆ దినం బున వ్రతము యథాప్రకార మాచరించి, రావి, జిల్లేడు సమిధలతో హోమ మున్ను, పిమ్మట క్షీర తర్పణాదు లాచరించి, రాత్రి జాగరణచేసి మరు దయమున పాయస కలశలను, గో, వస్త్రాభరణాదులును బ్రాహ్మణులకర్పించి, సంతుష్టిగ సమారాధన యొనర్చి సమస్తభాగ్యులను పొందినవారై నిత్య సుఖాత్ములైరి. నిరశనార్క వ్రతము సర్వం సంపూర్ణమస్తు. ఇతి స్కాందపురాణే, కలిదర్మోత్తరే, సౌరధర్మే నిరశనార్క వారవ్రతం సమాప్తం.

—: నిత్యరవివారవ్రతము :—

నిస్సంతానులైన స్త్రీలు ఈ అధ్యాయములోని నిత్యకృత్య సూర్య నమస్కారములు చేస్తే ఈరవివారవ్రతప్రతిబదివారము 1 సం॥ చేసినచో ఎంత గొడ్రాలును సంతానియిగునని శాస్త్రము, నిరశనార్క వారవ్రతము సలిపిన పిమ్మటగాని అంతకు పూర్వమునుంచిగాని ఈ వ్రతము జీవితములో ఎప్పుడునుండియైనను గృహదైవము, ఇష్టదైవములతోపాటు సగుణారాధనలో ఈ నిత్య రవివారవ్రతము సలుపవచ్చును. ఈ వ్రతము పూర్వోక్త నిరశనార్కవ్రతమువలెనే ప్రతి ఆదివారముగాని, లేక నెలకు రెండు ఆదివారములుగాని, కనీసము ఒక్క ఆదివారమైనను వ్రతము 1 సం॥ సలిపి ఒక బ్రాహ్మణునికి, ముత్తైదువకు భోజన, దానాది సత్కారములు చేయవలెను. ఈ వ్రతము ఆదివారములనేగాక సూర్యునికి స్థితికరమగు పర్వదిదినములలో గూడ చేయుట ఉత్తమము. ఈ ప్రకారము జీవితములో వ్రత్యక్ష భగవానుడగు శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తిని కొలిచి సద్యస్కాల ఆరోగ్యాది సత్సంతాన, భవభోగభాగ్యములను, ఈజన్మకాలమున బ్రహ్మజ్ఞానజిజ్ఞాసాసక్తిని జన్మాంతరమున విదేహముక్తియును బడయుదురుగాక యని విశ్వసించుచున్నాము, ఈ వ్రతమునకు ఉద్యాపనలేదు.

ఈ వ్రతమును శ్రీ పార్వతీ పరమేశ్వరులే వారి మహామైధున సంకల్పానంతరము అనుష్ఠించినటుల చెప్పబడుచున్నది. గనుకను గృహస్తులు సర్వలను రక్షో, మైధున, వ్యభిచార, అప్రాతివ్రత్య, ఏకపత్ని వ్రతాతిక్రమణాది సముస్తదుర్దోషములను బాపుకొనుట కీ వ్రతమును తప్పక యాచరించి తద్వారా సర్వ పురుషార్థసిద్ధియును, బ్రహ్మజ్ఞాన సముపార్జన ప్రాప్తియు, తద్వారా బ్రహ్మలోక నివాసప్రాప్తి, క్రమముక్తియును పొంది తగింతురుగాక.

ఈ వ్రతవిధానం స్కాందపురాణాంతర్గత హేమాద్రివ్రత ఖండమునను. ౩ ద్వి, బ్రహ్మాండ, గురు మహాభరిత పురాణములందును, సారధర్మోత్తరముందును చెప్పబడినది. ఈ వ్రతద్వయముల నాచుచు

జీవితకాలమున సర్వశ్రేయస్కరమనియు, జీవితాంతరమునముక్తిదమనియు విశ్వసనీయము.

నిత్యరవివారవ్రతం సర్వం సంపూర్ణము.

ఓం తత్సత్.

నిత్య రవివార శ్రీ సూర్యనమస్కార-పూజ-నిత్య రవివార
వ్రత ఫలము.

రవివారే నమస్కుర్యాద్భాస్కరం భువనేశ్వరం ముచ్యతే సర్వ
పాపేభ్య సూర్యలోక మవాప్నయాత్. భానువారే నమస్కారైర్భాస్కరస్య
ప్రవక్షిణైః ఆరోగ్యం ప్రాప్నుయాజ్జన్తుః పీడికోపిలమహాగదైః. ఆరుణో
దయవేణాయామాదివారే దివాకరం యానజ్జీవం ప్రవశ్యంతశ్చక్షుష్మంతో
భవంతిహి, పుత్రార్థీ ప్రాప్నుయాత్పుత్రం, ధనార్థీప్రాప్నుయాన్నిధిం. విద్యార్థీ
లభతే జ్ఞానం. భోగార్థీ ప్రాప్నుయాత్సుఖం, వాణిజ్యార్థీ లభేల్లాభం, కృష్యగీ
దాన్య మాప్నుయాత్. రాజ్యార్థీ లభతే రాజ్యం జయార్థీ జయతే రిపూ.
పాపక్షయార్థినో యేచముచ్యంతే సర్వకీర్తిషైః, నూనాం నిత్య
వైతద్రవివారం వ్రతం పరం పునః పునర్నమస్కుర్యా తస్మైష్టాద్యా
వాప్నుయాత్॥

ఓం - తత్సత్.

10 వ అధ్యాయము

శ్రీ సూర్య హంసోపాసన

ధ్యానము

శ్లో. "యన్మండలం వ్యాధి వినాశ దక్షం ।
 యదృగ్యజుస్సామ సుసంప్రగీతం ।
 ప్రకాశతం యేవచ భూర్భువస్వః ।
 పునాతుమాం తత్సవితుర్వరేణ్యం॥"

హరిః ఓం

భద్రం కర్ణేభిరితి శాంతిః.

శ్లో. "నైషోఽం ధకారోఽయమాత్మా, విద్యాహాశాండాంత
 రాదిత్యో జ్యోతిర్మండలం గ్రాహ్యం నాపరమ్॥"

"అసావాదిత్యో బ్రహ్మ"

ఇతి. అజపయోపహితం హంసస్సోఽహం,
 ప్రాణాపానాభ్యాం ప్రతిలోమానులోమాభ్యాం,
 సములభ్యైవంసాచిరం లబ్ధ్వాత్రి వృదాత్మని
 బ్రహ్మణ్యభివ్యాయమానే సచ్చిదానందః పరమాత్మాఽవిర్బవతి

మహావాక్యోపనిషత్తు. [అదర్శవేదం] జ్ఞాన విజ్ఞాన తత్త్వజ్ఞాన
 సమ్యక్ జ్ఞానవృత్తియే విద్య. ఇట్టి విద్య కాండాంతరాదిత్యనిజ్యోతిస్వర
 పము. అట్టి తత్త్వజ్ఞానముచేత పొందదగినది సూర్యహంసాత్మావిర్భా
 జ్ఞానము: ఏతత్ జ్యోతిర్మండల ఉపాసనయే మోక్షవిద్య.

"సయశ్చాయం పురుషే. యశ్చాసావాదిత్యేన ఏకః,
 సయఏవం విత్." శృతి. తైత్తిరీయము.

అట్టి శృతిగ్రమాణములచే మన దృష్టికి గోచరభూతుడైన
 సూర్యుడే బ్రహ్మము. ఆదిత్యనియందుగల స్వగత విశేషాంశముల
 నిరశించినచుడల అతడే బ్రహ్మము.

“హంస” శబ్దమునకు సూర్యుడనియు అర్థము. ఏతత్ హంస అజపాను సంధానమువల్ల కలుగుచున్న.

మంత్రం:—“ఆకాశోవావతేజసోభూయా

నాకాశేవై సూర్యచంద్రమసాపుభౌ విద్యు
నక్షత్రాణ్యగ్ని రాకాశేనాహ్వయత్యకాశేన
ఱో త్యాకాశేన ప్రతిశృణోత్యాకాశేరమత
ఆకాశేనర । మత ఆకాశేజాయత ఆకాశ మభి
జాయత ఆకాశము పాశ్వేతి॥

చాందోగ్యం-7 ప్రకరణము 12 ఖండం.

శం (భాష్యమ్):-తస్యతేజస ఉపాసనఫలం—తేజస్వీవై భవతి.

తేజోవత ఏవచలోకాః భాస్వతః । ప్రకాశవ
తోఽవహత తమస్కాన్-బాహ్యధ్యాత్మికాజ్ఞానాది
-అపహత తమస్కాన్-అపనీత బాహ్యధ్యాత్మికాది
తమస్కాన్ అభిసిద్ధతి:—

శ్రీ సూర్యనిర్మితమైనట్టి ఖగోళ సూర్యేత్యాది గ్రహోపాసన చేసిన
యడల బ్రహ్మజ్ఞానము కలుగగలదు. తద్వారా అనగా శ్రీ సూర్యసహిత
గ్రహకాళ అహంగ్రహోపాసనచేత బ్రహ్మవిద్భవతి: బ్రహ్మవిద్
బ్రహ్మమౌన్నతి.

ఇతి ప్రమాణవచనము. ఓం భద్రంకర్ణేభిరితిశ్శాంతిః

భారతావనియందు విజ్ఞులైన మానవులు చతురాశ్రమ సాధనసంపత్తి
పర్యవసానముగ జీవితములో జీవన్ముక్తిని దేహ పతనానంతరము పునరా
వృత్తిరాహిత్యమును ఆశించుట ఆర్య సనాతన ఆధ్యాత్మిక ధర్మకాండలో
అగ్రస్థానము చేరుటయే. ఈ పరమావధిని పొందుటకు గృహస్థాశ్రమ
ములో వైదిక, కర్మాచరణ. దార్మిక సత్కర్మానుష్ఠానములవల్ల కాకపోగా
ఆ పాప. పుణ్యకర్మరాసి అనేకకన్మలకు దారితీయును. గనుక, దానికి పై
మెట్టగు వానప్రస్థ. సన్యాస ఆశ్రమములలోనే ఈ జన్మ పరంపరాప్రాప్తికి

స్వచ్ఛెప్పగలుగు సాధనయగు బ్రహ్మజ్ఞాన సముపార్జనచేయ వీలగును. బ్రహ్మజ్ఞానము స్వభావేన సత్పురుషులనేగాక, సాధారణ దుష్కర్మలగు దోషులను, పాపిలను, అవజ్ఞులనుకూడ పునీతమొనర్చి యిరువురను నిష్పాక్షికముగ తరింపనెంచునని,

శ్లో. “యదైవాంసీరమిద్ధోఽగ్నిర్మృతాత్కురుతేఽర్జునః

జ్ఞానాగ్ని స్సర్వకర్మాణి భస్మసాత్కురుతే తథా॥” గీత 4-37.

శ్లో. “సర్వం జ్ఞానప్లవేనైవ వృజినం సంతరిష్యసి.”

గీత శ్లోకార్థం 4-38.

శ్లో. “జ్ఞానం లభ్య వరాంశాంతమచిరేణాధిగచ్ఛతి.”

గీత శ్లోకార్థం 4-39.

ఈ వాక్యములు మనకు దృఢవిశ్వాసము ననుగ్రహించుచున్నవి.

ఇక బ్రహ్మజ్ఞానమనగా నెట్టిది, దాని సముపార్జనకు వలయు వయః కాలసాధనము లెట్టివని విచారణీయము, జ్ఞానము రెండువిధములు: లౌకికము, పారమార్థికము. మొదటిది ప్రపంచనటన కుపయోగపడు విజ్ఞానము, రెండవది ఆధ్యాత్మికమని. ఆత్మజ్ఞానమని పిలువబడి వైరాగ్యనిష్ఠతో కూడు కున్నదై జన్మ సంసిద్ధిని కలుగజేయును. ఈ జ్ఞానమును వేదాంత పరిభాషలో బ్రహ్మజ్ఞానమందురు. ఇది వేదమునకు వేదాంతభాగములగు ఉపనిషత్తులలో వివరించబడి వానప్రస్థ, తురీయాది ఉన్నతాశ్రమములందు సాధించబడుచున్నది. గృహస్థాశ్రమధర్మము లోకోద్ధరణకు వాంఛనీయమైనను, జన్మాంతర పునరావృత్తిరహిత సంసిద్ధిని సమకూర్చుటకది అసమర్థమైనది. అద్వైత సిద్ధాంత ప్రతిపాదకులును, పూర్ణానుభవజ్ఞులునైన ఆదిశంకరులవారు “ముక్తి” నొక విహంగమునకు పోల్చి, అది ఎగురుటకు రెండు రెక్కలుండునటుల ఈ “ముక్తిని” సాధించుటకును ఆరెక్కలవలెనే రెండు (రెక్కలగు) ఉపకరణములు ఒకటి బ్రహ్మజ్ఞానము, రెండవది వైరాగ్యము ఉండవలెననియు, ఏ ఒక్కటి ఉండియు నిష్ప్రయోజనమనియు వివేక చూడాఘటియందుః—

శ్లో. “వైరాగ్యబోధా పురుషస్య పక్షివత్ ।
పక్షోవిజానీహ విచక్షణత్వం ।
విముక్తి సౌదాగ్రలతాధిరోహణం ।
తాభ్యాంవిస నాన్యతరేణ సిద్ధ్యతి॥”

375 శ్లో.

మరియు * శ్లో. “సమాహితాయై ప్రవిలాప్య బాహ్యం ।
శ్రోత్రాది చేతః స్వమహం చిదాత్మని ।
తయేవముక్తా బహుపాశ బంధే
ర్నానేతు పార్వోక్త్య కథాభిదాయినః॥

శ్లో. 358

* (వేదాంత, శాస్త్రపఠన శ్రవణాదులొనర్చినంతమాత్రమున అంతా తనకు తెలిసినదనుకొని జ్ఞాన వైరాగ్యములు అనుభవము చెయ్యనివాడు నీళ్ళలో కనిబడే శాఖాగ్రఫలమును తిన్నాననుకున్నవాడివలె వ్యర్థుడు.)

యని అదిశంకరులు స్పష్టికరించియున్నారు. ఈ రెండును సాధించగలుగుటకు వానప్రస్థ, తురియాది జ్ఞాన. వైరాగ్యాశ్రమములే సమర్థములు. గనుక, గృహస్థాశ్రమము దాటి వానప్రస్థ, తురీయ, హంస పరమహంస, అత్యాశ్రమ, ధూత, అవధూత, దిగంబరాది అత్యున్నత అమనస్కారాశ్రమముల నవలంబించి కఠోర నిష్ఠాగరిష్టులై ప్రణవోపాసన చేసి అందైక్యమైనగాని శాశ్వత బ్రహ్మలోకనివాసముగాని, లేక సద్యస్కాల బ్రహ్మైక్యముగాని పొందనేరరని తెలుసుకొనవలెను.

గాని. అట్టి ఆశ్రమ స్వీకారములు, వాటి నిర్వహణము, ఈ కలియుగ సామాన్య ధర్మజీవులకు దుస్సాధ్యమని అతీతమని కలియుగసేధ పంచకములో సన్యాసమునుకూడ చేర్చియున్నారు. జనసామాన్యముగ స్వల్ప అభ్యుత్థానములకు తురీయాశ్రమముల స్వీకారము చేయకూడదు. కేవలము సాంగవేదాధ్యయన పండితుడనని చేయకూడదు. పరిపక్వ వయః కాలమున షష్టిపూర్తియై గృహస్థాశ్రమమునందు సర్వ వాంఛాదుల తీరిన పిమ్మట తలవనితలంపుగా దుస్సహ దుర్బర పరిస్థితు లేర్పడి, వాటి భారమును తన సంతానమునకో. బాధ్యులకో వదిలి కొందరింజులు గురు శిష్యుల యొద్దలొట్టి పట్టలొత్తకరిణతో బ్రహ్మనిష్ఠుడై, సాధకుడై,

యోగియై పిమ్మట ఆశ్రమ స్వీకారము చేయవలెను. ఇది క్రమపద్ధతి. అవాంతర పద్ధతులందును సాధకుడుగాకనే, సమభావుడగు యోగి గాక గురుశిష్యాశ్రమ చేయకను ఆశ్రమ స్వీకారములు చేయకూడదు. అంతటి దుఃసమహద్వైరాగ్య యోగము శ్రీ, పురుషాదులలో పురుషులలోనే కోటి కొకరికైన యబ్బుట దుర్లభమగుచుండగా శ్రీలసంగతి చెప్పవలసినపనియేలే.

తురీయాశ్రమీయులు జీవబ్రహ్మైక్య సందానమునకై ప్రణవోపాసన అహంగ్రహోపాసన విధానమున నిరంతర బ్రాహ్మీ సంయమన మన త్వమున సంచరించుచుండురు. ఈ విధానములో ధ్యేయి తనస్వరూపము ధ్యేయముతో అచంచల మననలో అభేదచింతన సమాధ్యావస్థను అనస్వస్వరూప సందానమును పొందగలుగుటనే అహంగ్రహోపాసనయె తెలియవలెను. ఈ యుపాసనయే హంసోపాసనయనికూడ పిలువబడు. ఈ ఉపాసనాకాండను బ్రహ్మ సనత్కుమారునకును, సనత్కుమారు గౌతమమునికిని, పిమ్మట గౌతమ శిష్యముఖముగ వ్యాప్తమయిన హంసోపనిషత్తు తెలుపుచున్నది.

హంసోపాసన రెండువిధములు. ఒకటి సవికల్పకము రెండో నిర్వికల్పకము. ఇందు సవికల్పకము నాలుగువిధములు. వీటిలో దేనినై ఆచరించవచ్చును. మనము సాధారణ పరిస్థితులలో అంతర్బద్ధ సవికల్పకమును సాధించిన అన్నింటిని సాధించినట్లేయగును. ఇక, నిర్వికల్ప సమాధ్యావస్థలు రెండువిధములు. ఒకటి బాహ్యశబ్ద నిర్వికల్పకము రెండవది నిశ్శబ్ద, నిర్విషయ, నిరాహార, నిర్వికార, శ్వాసరహిత, నిర్దేహ అనిర్వికల్పక సమాధ్యావస్థ. ఈ నిర్వికల్పకములలో మొదటిది ఇప్పటి కొంతవరకు నిర్మానుష్య, నిశ్శబ్ద నిరంజన, నిరావరణ, సుందర రణ్యాశ్రమములయందుండు తపోధనులసౌత్తే యున్నది. రెండవది యుగధర్మసూచకమగు మానవ సంకుచిత తత్వ అల్పాయుష్కాలమున అతీతమై, అనాచరణీయమై యున్నది. పూర్వయుగములలో ఈ శ్చర్యను వశిష్ట, విశ్వామిత్ర, అత్రి, గౌతమ, యజ్ఞవల్క్య, వాగ్మే

ఇత్యాది మహాబుష్పాదులు వేలకువేల సంవత్సరములు ఆనుష్ఠించి స్వీయముగ అనుభూతిచేయగలిగిరి.

గనుక, పైనచూపవడిన ముక్తిసాధనాశ్రమములలో ఈకాలము ఆచరణీయమైనది సర్వసామాన్య సవికల్పకవిధాన సన్యాసము, ముముక్షువై ముక్తి నపేక్షించి సన్యసించి బిక్షువై శ్రమజీవికను గడపినను పునరావృత్తి రహితముక్తి ఒకటి, రెంటు సన్యాసములకే లభించునంతటి సులభమైనది కాదని ముండకోపనిషత్తు ప్రధమ ముండకమున, ద్వితీయ ఖండములో పదకొండవ మంత్ర వ్యాఖ్యలో:—

శ్లో. “తపశ్రద్ధేయేహ్యపవనస్త్వరణే,
శాంతా విద్వాంసోభైక్ష చర్యాంచరంతః,
సూర్య ద్వారేణ తేవిరజాః ప్రమాంతి,
యత్రామృత స్సపురుషోహ్యవ్యమాత్మా॥ మంత్రం.

బ్రహ్మలోక నివాసమందును ఏదో ఒకవిధమైన దేహముండును గాన ప్రారబ్ధపశాత్తు క్రమముక్తి విఘాతము ఏ ఆకర్షణవల్లో. అతీమాది సిద్ధులు యిత్యాదులు వెంటాడి లొంగదీసి మరల మర్త్యజన్మకు పంపిన పంపవచ్చునని తెలుపుచున్నది. గనుక, సన్యాసములు కొన్ని కొన్ని గడవగా ఏ ఒక్క సన్యాసముననో దేహము అమనస్కమును అందుకుని స్ఫుటమై పునరావృత్తిరహితము నొందగలుగును. అట్టి ఉన్నత జ్ఞానాత్మక, నిర్లిప్త బ్రహ్మనిష్ఠాత్మక విరాగ జీవిక గడపుట పురుషులకే దుస్తరము. ఈకాలములో తురీయాశ్రమీయులు కొందరు (నూటికి సగము పై సంఖ్యాకులే బహు భ్రష్టాచరణులు సలుపుచు ఈ పరమపవిత్రమైన బ్రహ్మజ్ఞానసముపార్జించి సోపానముగు నివృత్తిసంస్థలు-సన్యాసాశ్రమములు-చూరు పట్టించినందున ప్రజలలో అది బాహటముగనే అతి నీరసముగను చూష్యముగను ప్రసంగించబడుట కడువిచారకరము.

ఇక, స్త్రీలు సన్యాసమును కళ్ళచూచిన “బ్రహ్మవాసిను” అంటిన పేదకాలము ఎప్పుడో అంతరించిపోయినది. మరియు, స్త్రీలకు దాయాభాగము ఏనాడు పోయినదో అనాటనుండి స్త్రీలు పరివిధములగు

పతనములకు లోనై చివరకు విద్యాసూన్యులై, జ్ఞానసూన్యులై, జన్మసంస్కారసూన్యులై, పెళ్ళాలయి భోగులై, సహధర్మచారిణీత్వము ను వలయు వైరిక-నైతిక యోగ్యతలను కోల్పోయి అవిద్యాపరియై, అస్వతంత్రయై, భోగియై, బంగారముపై వ్యామోహ సంకెళ్ళలో అత్తింటి బానిసయై, ఒక పరిచారికయై, భర్తకు కాముకార్షిణియై, బహుసంతానియై, విషయలాలసయై రోగియై, శుష్కించుచు చివర రోజులలో కేవల గృహోపవిష్టతలో “ఋణానుబంధరూపేణ పశుపత్ని సుత ఆలయః” అను రోకోక్తిగా జడా అజడ సంబంధిగా విధవగనో, సధవగనో ఉనుపులను అయోమయావస్థలో కోల్పోవుటకు కనిపెట్టుకునియుండు ఒక కార్మికజీవిగా తయారైనది.

గాని. పుణ్యభూమియు కర్మభూమియుయైన ఈ భరతఖండమందు జనించిన మానవులలో కొంతమందియైనను ప్రీ పురుషాదులు భక్తిబీజములు కలిగి భగవత్సేవాపరాయణులై జన్మ సాఫల్యతకొరకు యత్నించువారు లేకపోలేదు. అందు బహుకొద్దిమంది పురుషులు ముముక్షువులై మోక్షము కాంక్షించి బ్రహ్మజ్ఞాన సముపార్జనపరులై తన్నిష్టాసాధనకుగాను వానప్రస్థ, యత్యాశ్రమములను స్వీకరించుచున్నారు. కొంతకాల మట్లు గడుచునప్పటికి ఈ కాలపు అధర్మ, అనాస్థిక, దరిద్ర, నిర్లక్ష్య, తదితర అవాంఛనీయమగు కారణముల బలిమిచేతను. సాఘిక ఆనాదరిణ, అత్యాచార, అపచారములచేతను, శిష్యగణ దురాచార దృష్కృత్యాకర్షణలచేతను, తమ దేహ, మనోదౌర్బల్యములచేతను పీతాధిపతుల, గురువుల అదుపు, ఆజుమాయిషి, అండ, ఆశీస్సులు లేకపోవుటచేతను, అన్నిటికన్న ముఖ్యముగ దేశపరిపాలన కర్తలును ఆర్వాచీన సనాతన ధర్మ సంరక్షకులగు జ్ఞాత్రయరాజులు కాకపోవుటచేతను వారవలంబించిన ఘోరక. కఠోర శమదమాది షట్కంసపత్తిని యమనియమాది యోగసాధనసంపత్తిని, జపతప, ధ్యాన, మనననిది ధ్యాసాది సమాధ్యవస్థలను నిరాశ, నిష్కామ, నిర్ద్యుండ నిర్లిప్త, నిమృత్యవస్థ నిలకడలను పోషించు, రక్షించు, స్వస్థతిగల స్వయం సమర్థమగు తపోవనములు, పవిత్రాశ్రమములు లేమిచేతను అచ్చటచ్చట కొందరు

సన్యాసులు గడిదాటి సంసారులలో కలసిమెలసియధేచ్ఛగా గృహదులందు ప్రవర్తించుచు మమాకరభిజ్ఞమును విస్మరించి, ఇండ్లలో రుచులు మరగి తినుచు, సినిమాలకు బోవుచు, మోటార్లలో పికార్లుచేస్తు, మేళతాళములతో ఊరేగుచు, పందిరి పట్టెమంచములమీద పరుండుచు, సుగంధద్రవ్యములను వాడుచు, అనేక చాపల్యములకు కాలవశమున లోనగుచు, శిష్యకూటములను ఏర్పర్చుకొనుటకు యత్నించుచు తాము భ్రష్టులగుటయేగాక, ఏతిదాశ్రమములను దూషణ పట్టించుచున్నారు. దీనిచేత మానవజన్మ సాఫల్యతికై చేయు ప్రయత్నములు సర్వము చెడటయేగాక అటు గృహస్తాశ్రమసుక్యతికిని ఇటుతురీయాశ్రమము క్రికిని “రెంటిక చెడినరేవడ” చందనుగుచున్నారు.

ఈ వ్రాతపూర్వకముగ మేము తురీయాశ్రమమునుగాని, అట్టి ఆశ్రమీయులనుగాని నిరసించుచున్నామనుకొనదగదు. ఈ కాలములో మేము వ్రాసిన దురదృష్టానుభవములను తత్కారణేన ఏతదాశ్రమ నిరసన జరుగుచుంట లోకవిదితియే. “దుర్వృత్తోవా సువృత్తోవా మూర్ఖః పండితవీరవా కాషాయదండ మాత్రేణ యతిః పూజ్యోఽపిజ్ఞైఃసదా” యను ప్రమాణవాక్యము మే మెరుగనిదికాదు. ఈ ప్రమాణవాక్యము లున్నంతమాత్రముననే ఏతిదాశ్రమములో స్వేచ్ఛా దుష్టప్రవర్తనకు తావులేదను భద్రతావాక్యములను నిష్కర్షగ వ్రాసినాము. వెనుకటికాలములో పరమహంసలున్న, ఇహమునగురు, మహిపతులచేతను, పరమున యదుధర్మరాజుచేతను దండనీయులను జ్ఞానము చాలవరకు పరిరక్షించినవి. ఆ దండనభయ మిప్పుడంతరించుటలో స్వేచ్ఛానర్తనదోషము ప్రాకుచున్నదని గ్రహించవలెను.

గనుకను యీకాలములో యుగదుస్కృతి చేతను స్వీయ ఆసమర్థతవల్లను. అట్టి పవిత్రాశయములను దూరుపట్టించుటకన్న మన సత్సంకల్పాశయసిద్ధిని పొందుటకు ఆ కఠినాశ్రమ స్వీకారములు చేయుటకన్న అంతకన్న సులభోపాయములుగ యుండియున్న మరితర భగవద్భావోపాసనకు కడంగుట ఉభయ శ్రేయోదాయకమని ఎంచుచుచుగాక:

—: శ్రీ సూర్య హంసోపాసన :—

మానవుడు తనదేహమందున్న హంసనే సూర్యునిగా భావించి

ఉపాసించుట శ్రీ సూర్య హంసోపాసన యసంబడును. యీ యు నశో దేహీ తనశోని హంసను సూర్యుని అవినాభావ దృష్టితో చూడ గును. సూర్యునే హంసగా భావించి యుపాసించును. యీ యుపా మన మిదివరకు ఆచరించుచుండు దైనందిక సూర్యారాధన ధ్యానాద పైమెట్టుగా భావించబడును, యీ యుపాసన సకల * సత్కామ్యార్థ త్తినేగాక సకల విజ్ఞాన సులభ గ్రాహ్యశక్తిని, ఆధ్యాత్మిక మనోమయః ఆష్టాష్టానిష్ఠ దురితక్షయమును. ఆరోగ్య పటిమను, సదాశ్రమ నిర్వహ మనోల్లాసమును. బ్రహ్మజ్ఞానోపార్జననిష్ఠను ప్రసాదించి ఉపాసకునికి సంసిద్ధిని సమకూర్చును.

యీ యుపాసనను శుక్ల యజుర్వేదీయ హంసోపనిషత్తును, శ్వతరోపనిషత్తు, తైత్తిరీయము, అధర్వవేదీయ మహావాక్యోపనిషత్తు, ఆత్మ్యోపనిషత్తును సమన్వయముచేసి పరికించిన తెలుసుకొనగలరు. తోడుగా విచారసాగరమును గ్రంథమున 210 మొదలు 225 వరక ప్రశ్నలను, అధర్వవేదీయ ముండకోపనిషత్తు ద్వితీయ ముండక తృతీయ ముండకమున ప్రథమముండమువరకును చూచినచో దీనికి స ధించిన అనేక వివరణలను ఉపరిగా తెలుసుకొనగలరు.

యీ సూర్య హంసోపాసన పైవిధముగా శృతి ప్రతిపాది తురీయాశ్రమమువలెనే ఉపాసకునికి బ్రహ్మజ్ఞానలబ్ధినిచ్చి దేహీ పతన రమున “బ్రహ్మవిద్ బ్రహ్మైవభవతి” అను న్యాయముచే బ్రహ్మ ప్రాప్తిని, పిమ్మట క్రమముక్తిని సుగ్రహించునని వేదప్రమాణము.

యీ హంసోపాసనకు అధికారు లెట్టివారని తెలుసుకొనవల యీ యుపాసన నిర్గుణ బ్రహ్మోపాసన సంబంధమైనదిగనుక. అనగా

“నైషోఽంధో నోఽయమాత్మా విద్యాహీనాండాంత రాదిత్యో జ్యోతిర్మండలం గ్రాహ్యం నాపరమ్॥”

“ఆసావాదిత్యో బ్రహ్మ”

మహావాక్యోపని

* ఒక్కొక్క ఉపాసనాదేవత. లేక దేవుడు ఒక్కొక్క మునే సమగ్రముగా నిచ్చుటకు శక్తి కలిగియుండును. అల్పఫలము

యనిచెప్పనట్టిక్షతగ్రహోపాసనగనుకను, చిత్రైకాగ్ర-ఆత్మసంయమన-మనో
మయమున ధ్యేయ, ధ్యేయ. ధ్యానప్రవృత్తి రహిత నిర్గుణ విధానమున చేయ
వలెను గాన కేవల వెరాగ్యాశ్రమీయులే అధికారులు కాగలరు. మనలో
లోకాంతమైననేగాని వేదాంతము మొదలిదని న్యాయము. ప్రకృతివశ
ముననున్న దేహేంద్రియ సంఘాతబలిమి మనస్సును సర్వకాలములను
అజ్ఞాన అవజ్ఞతలందు ముంచి మునకలెత్తించుచున్నంతవరకు ఆధ్యాత్మిక
తాత్త్విక, ఆత్మజ్ఞాన జిజ్ఞాసలకు తావేలేదు. వృష్టిపూర్తిమైనపిమ్మట గృహ
స్థాశ్రమ విరమణ మొనర్చి, గృహపరిపాలన బాధ్యతలు తమ సంతతికి
గాని, బాధ్యస్థులకుగాని విడిచిపెట్టి శాంతి విశ్రాంతిలను పొందవలెను.
పిమ్మట పితృకర్మలను అగ్నిముఖముగ విసర్జించి అటపిమ్మట ఒక యతి
శ్వరునాశ్రయించి హంసార్క-మంత్రముతో సదారుడుగగాని అదారు
డుగగాని వానప్రస్థాశ్రమ ధర్మమును స్వీకరించవలెను. సాధారణముగ
వానప్రస్థాశ్రమీయుడు శ్రీరామచంద్రముతోగాని, శివపంచాక్షరి

యది [138 వ పేజీలోని * గుర్తుకు చెందినది]

ఉపాసన గొప్పదగు స్వర్గ, మోక్షముల నీయజాలరు. ఇంద్రుడు స్వర్గము
నివ్వగలడుగాని మోక్షమివ్వలేడు. గాని మోక్షమివ్వగల జనార్దనుడు
తానివ్వలేని ఫలములులేవు. అటులేనే మోక్షప్రదమగు బ్రహ్మలోకస్థాప్తినే
యివ్వగల శ్రీ సూర్యభగవానుడు ఇవ్వలేని ప్రాకృత జీవనవిధాన కామ్యార్థ
ఫలములేని యుండగలవు! గనుకను శ్రీ సూర్యనారాయణోపాసన అన్నా
ముగనుకను ఈ మహామహుడు, ఈ ఆపరోక్షనుభూతి సర్వశక్త్యైక్య
పరబ్రహ్మమూర్తి:—

శ్లో. “అమురావోగ్య మర్థాంశ్చభోగాంశ్చైవానుషంగికాన్ ।

దదాతి ధ్యాయతాం నిత్యమపవర్గ ప్రదోహరి॥”

సులభ సంతోషగాన కరుణించినచో చతురవపురుషార్థ పరిపక్తినిచ్చు
సమర్థుడని తెలుసుకుని సర్వ కామ్యార్థములనుగూడ అర్పించి కృతార్థులు
కాగలరు.

జపములతో తపస్సు చేయును. అటులనే శ్రీ సూర్యహంసోపాసకులు శ్రీ సౌర ద్వాదశాక్షరీ మహామంత్రోపదేశముతో స్వీకరించనగును. ఆశ్రమ స్వీకారములో భేదమేమియునులేదు—ఒక మంత్రభేదములేదు. ఈ హంసోపాసన ఆశ్రమములో భుక్తికి భిక్షాచరణయే చేయుటకు ప్రతిబంధకములేదు. ఏలననగా యిది కేవల నిర్గుణోంకారాశ్రమ ఉపాసనయేగాక [తురీయ] నిర్గుణ పరబ్రహ్మతత్వమునే సగుణాకారముగ సూర్యునిలక్ష్యపరముగ చేయు బ్రహ్మనిష్ఠ. గనుకను. పూర్వములోవలె ఊళ్ళవెలుపల తపోవనములు, సురక్షితములగు ఆశ్రమములు లేవుగనుకను తమ విశాల గృహ ఆరామ క్షేత్రములందే తగు ఆశ్రమ నివాసవనరులు ప్రత్యేకముగ కల్పించుకుని, శ్రీ జన సంకీర్ణతను విస్మరించి ఆశ్రమమును జరుపుకొనవచ్చును. స్వీయ మగు వీళ్ళు లేనివారు దేవాలయ ప్రాంగణములలో, ఫల వృక్షాది తోటలలో, క్షేత్రములలో, మఠములగు ధర్మసంస్థలలో వీళ్లు కలుగజేసుకొనవచ్చును, ఏతదాశ్రమీయులు భవభాగ్యభోగజీవనము, పృథ్విసంపాదన జీవనము, సంతర్పణ, సంభావన, దాన పరిగ్రహ జీవనములవల్లగాని జీవించకూడదు. తమ అస్తిపాస్తుల స్వీయభాగ అదాయమునగాని, పూర్వాశ్రమములో నిలువచేసుకున్నట్టి పించనుగాని, మరణభీమా పండుగాని, ప్రావిడెంటుఫండుగాని యుండు ధన సహాయముతో యన్యచ్ఛాలాభ సంతృప్తులుగ బైక్షితధర్మ జీవన సహకారముతో కాలము గడిపవలయును. లేదా శ్రీ రామకృష్ణమఠములవంటి వివిధ ధర్మప్రచార, సర్వోదయ సేవాసంస్థలలో సేవలనుచేస్తూ భోజనాదులకు వారి పోషణక్రింద [డబ్బుకు చేయదాస్య, నొకరి కాకుండగ] నుంటు మీ యుపాసన నడుపుకొనవచ్చును. ఇటుల ప్రాణాదారపోషణనిమిత్తమాత్ర జీవులై, అల్పసంతోషులై, కాషాయాంబరధారులై, సద్గోష్ఠి సత్సంగప్రియులై, సాత్విక అల్పాహారులై, నిర్వ్యవహారులై, నిస్సంసారులై, నిర్లిప్తులై, సహజ బ్రాహ్మమనోమయులై నిరంతర శ్రీ సూర్యభగవానుని ప్రజ్ఞాన, ప్రభావ, ప్రతిభ దయార్థితత్వమనన, ధ్యానసిద్ధి ధ్యాసాసక్తులై మోక్షికాములు గావలయును.

పై విధిలో ఒకటి రెండు మించిన సంవత్సరములు పౌర ద్వాదశాక్షరి మహామఃత్రానుష్ఠానసిద్ధిని బడసి. చేయనగు నక్షత్రేష్టి, శ్రీ సూర్యేష్టి, అరుణ-కేతు చయనము, తదితరవ్రతాని ఉద్యాపనలు సర్వము శక్త్యానుసారము అవకాశమున్నయడల యాచరించవచ్చును.

ఈ ప్రకారమున వానప్రస్థమున సకల నివృత్తి మార్గ ధగ్మానుష్ఠాన ములవర్చుకుని, సర్వ ప్రాకృత విషయానంద * యిచ్చాసక్తిని కట్టిపెట్టిత్యాగ శీలురై, అంతర్ముఖురై

శ్లో. “ఽహ్యోద్గుహ్యతరైషా న ప్రాకృతాయోపదేష్టవ్యా,
సాత్వికాయాంతర్ముఖాయ పరికుశ్రావనే॥”

మహావాక్యోపనిషత్తు.

యని ఆదేశింపబడినందున సర్వ సత్సంసిద్ధిని పొంది, సకలకర్మయోగమును అగ్నిముఖముగను, జలముఖముగను విధివిహితముగ వదలి సద్గురువు నాశ్రయించి తురీయ-కుటీచకాశ్రమమును త్రిదండముతో స్వీకరించి సర్వదైహికేచ్ఛాసన్యస్త మనోఫలకముతో కుటీచక సన్యాసాశ్రమముతో ఇదివరకున్నచోటనే లోగడ పరిస్థితులలోనే శ్రీ సూర్య హంసోపాసనకు శరంగవలయును. ఈ ఆశ్రమమును * హంసాశ్రమమని ఎఱుంగవలెను. ఈ యుపాసకులకు తురీయ-కుటీచకమునకన్న * పై ఆశ్రమములు అంతగ అవసరములేదు. కుటీచకాశ్రమము సన్యాసాశ్రమములలో ప్రథమసోపానమే గనుక సంఘమున ఇదియును వందన అర్చనాదులతో సర్వపూజ్యము. దీని నిరసన రౌరవాది నరకప్రాప్తికిపాలుచేయును. దీనికి పై ఆశ్రమములు బహూదక, హంస, పరమహంస, ధూత, అవధూత దిగంబరాదులు. ఈ “హంస”లును 70 లేక 75 సంవత్సర వయస్సరిపాకమున సకాశోచితముగ కుటీచక ఆశ్రమమును చక్కగానిర్వహి చగలిగినచో పైవాటినిదేనినైన స్వేచ్ఛానుసారముగ స్వీకరించి సర్వారాధనను కట్టిపెట్టి

* శ్రీ విద్యారణ్యస్వామి “పంచదశి”యందు వ్రాసిన విషయానంద ప్రకరణమును చూసినచో విషయానందనిరసనలనుగూర్చి సర్వమును తెలుసుకొనగలరు.

“సూర్యోపాసనం” అనుచు స్థలాంతరములకు బ్రహ్మ విద్యద్వరేణ్య, వరిష్ఠులై సంచారస్థితిలోనికి వెళ్ళిపోవచ్చును.

లోగడ అధ్యాయములలో శ్రీ సౌర అష్టాక్షరీత్యాది మహామంత్రానుష్ఠానమునుగూర్చి వ్రాసియున్నాము. ఇప్పుడు “హంసాశ్రమయతులు” చేయనగు * హంసోపాసనక్రమమును ప్రస్తావించుచున్నాము.

శ్రీ సూర్య హంసోపాసనాపరులు అవలంబించు ఆశ్రమపద్ధతినిబట్టి ఈ ఉపాసనక్రమము నిర్ణయమగును. ఉపాసకుడు గృహస్థాశ్రమమున అన్నిదేవుళ్ళతోపాటు శ్రీ సూర్యనారాయణమూర్తినిన్ని ఆరాధించి శ్రీ సౌర అష్టాక్షరీమంత్రమును ఉపాసించియుండవచ్చును. ఏతదాశ్రమానంతరము వానప్రస్థాశ్రమము, విమృట తురీయ—కుటీచకాశ్రమమును, అటుపైని పరమహంసాశ్రమమును స్వీకరించుటగును వానప్రస్థాశ్రమములో శ్రీ సూర్య

[ఇవి 139 వ పెజీలోని గుర్తులకు చెందినవి.]

* ఈ క్లోకమునకు తాత్పర్యార్థములు బహు విపులముగా నున్నవి. యిచ్చట వ్రాయుట సమంజసముగాదు గావున పాఠకమహాశయులే శ్రమ చేసి ఏతదుపనిషత్తును చూచేదని ప్రార్థన.

* ఈయుపాసన హంసోపనిషత్తు, మహావాక్యోపనిషత్తునందుసూర్యునిగూర్చి. హంసనుగూర్చి చెప్పిన యుపాసన గనుక ఈ యుపాసనను “హంసారోపాసన”యనియును, ఉపాసకులను హంసాశ్రమీయులనియు పిలుచుట యుక్తమే.

* గృహస్థాశ్రమము నుండి పై ఆశ్రమములు తీసుకొనుటకు షష్ఠి పూర్తికావలయుననుటే వేదసమ్మతము. అవాంతర సన్యాసములు, ఆతురతసన్యాసములమీద అసాధారణప్రక్రియక చెందినవిషయములు. 60 దాటి 70. 75 సం॥ పయస్సుపైరకు వానప్రస్థాశ్రమమున నడిపి 70 వత్సరముల పైని సన్యాసస్వీకారము శాస్త్రీయము. [అంధవాల్మీకిరామాయణము-కిష్కింధ అఽఽఞ్చాకాండలలో చూచేది]

అష్టాదశాక్షరీ మహామంత్రము నుపాసించుచు యదావిధిగా శ్రీ సూర్యుని విగ్రహ, సాలగ్రామ, యంత్రాదులను పూజించును. పిమ్మట స్వీకారము చేయనున్న కుటీరకములో విగ్రహ ప్రతీకాదులు లేకయే శ్రీ హంసార్కషణాక్షరీ మహామంత్రానుష్ఠానము నిర్గుణారాధన ప్రతిపత్తిలో జరుపబడును. అద్వైతి తురీయమున నెట్లు ప్రణవోపాసనలో ఆత్మసంయమన నిమగ్నమౌనుడగునో అటులనే ఇందునను తన సన్యాసవిధులను పాటించుకొనుచు శ్రీ హంసార్కషణాపాసనలో సంపూర్ణ ధ్యానమానసుడై తన దేహమందు ప్రవర్తించుచుండు హంసయందు అర్క-మనోమయ-సంయమన నిమజ్జనమానసుడై నిరవధికముగ సూర్య-ఆత్మ అభేదజ్ఞానానందామృతమును క్రోలుచుండును. ఇట్లు కొంతకాలము గడచినపిమ్మట దేహార్కగ్య దార్ధ్యము ననుసరించి పరమ హంసాశ్రమ స్వీకారమున్ను చేయగలిగిన చేయవచ్చును. ఈ పరమ హంసాశ్రమమును “శ్రీ సూర్యపరమహంసాశ్రమ” మని “పరమ హంసా”శ్రమమనియును పిలువవచ్చును. ఇందు హంసాత్మ-సంయమనస్థితినిదాటి తల్లక్ష్యమగు పరమాత్మయొక్క కేవల

[యిది 140 వ పేజీలోని * గుర్తుకు చెందినది]

* హంసోపాసన హంససంగూర్చి చేయు ఉపాసన. హంసయనగానేమి?

“జ్ఞానాత్వరూపం పరమం హంస మంత్రం సముచ్చరేత్, ప్రాజీనాందేహేమధ్యేతుస్థితో హంసస్సదృశ్యతః. హంస ఏవ పరంసత్యం, హంస ఏవతు శక్తికం, హంస ఏవపరం వాక్యం, హంస ఏవతు వైదికం హంస ఏవ పరోరుద్రో, హంసఏవ పరాత్పరః, సర్వదేవస్య మధ్యస్థో హంసఏవ మహేశ్వరః, పృథివ్యాది శివాంతఃతు అకారాద్యాశ్చ వర్ణకాః. కూటాంతా హంస వివస్యన్మాత్మకేతివ్యవస్థితాః, మాత్పుకారహితా మంత్రా ఆదిశంతేన కుత్రచిత్. హంసజ్యోతిరనూపమ్యూ మధ్యదేవం వ్యవస్థితమ్, దక్షిణాముఖమాశ్రిత్య జ్ఞానముద్రాం ప్రకల్పయేత్. సదాసమాధిం కుర్వీత హంసమంత్రమనుస్మరన్, నిర్మలం స్ఫటికకారందివ్యరూప మనూపమమ్.”

యాజుషీయ బ్రహ్మవిద్యోపనిషత్తు.

సంకల్ప ప్రత్యక్ష స్వస్వరూపుడు శ్రీ సూర్యభగవాన్ అంతర్జ్ఞానమందు నిర్వికల్పక సమాధ్యాసలో హంసైక్యమును అనగా ఆత్మైక్యానుభవములో లీనడై, ఏకుడై, సూర్యుడై సచ్చిదానందబ్రహ్మమై వెలుగును. ఇటుల శ్రీ సూర్య హంసోపాసన పైనచెప్పిన సన్యాసత్రివిధులకును త్రివిధములుగ నిర్ణీతములై యున్నవి తెలుసుకొనవలెను. ఈవిధముగా శ్రీ సూర్యోపాసన తగు వైరాగ్యాశ్రమ నిబంధనలలో అనుష్ఠించేయడం తురీయాశ్రమ స్వీకారఫలమంతటి బ్రహ్మలోకప్రాప్తిని, అటుపైని క్రమము క్రివిగూడ పొందగలుగుదురని విశ్వశించవలసియున్నది.

ఈ సందర్భమున శ్రీ సూర్య బ్రహ్మోపాసకులు బ్రహ్మజ్ఞాన సంపన్నులై “బ్రహ్మిన్ బ్రహ్మైవభవతి” అను న్యాయము * సఫలీ కృతమగునని మరొక ఉపనిషత్ప్రమాణము నిచ్చుచున్నాము.

పూర్వము సనాతనధర్మకాలమున “సాంకృతి”యను * పురుషుడు శ్రీ సూర్యభగవానుని “చాక్షుష్మతి”యను ఉపాసనావిధిని అనుష్ఠించి సుప్రసన్నునిజేసుకుని సప్తజ్ఞానభూమిక క్రమశీఘ్ర కలవడి. సర్వజీవ ప్రాకృతబంధములను పరిత్యజింపగలిగి అవిద్యాతిమిరాంధకార విముక్తుడై బ్రహ్మజ్ఞాన సంపన్నతకూడ పొందెనని యజుర్వేదీయ “అత్వ్య”పనిషత్తు రెండవభాగములో తెలుపుచున్నది.

గనుక, సర్వగోళాధిపతియును, నిర్గుణపరబ్రహ్మతత్వమూర్తియును,

* “ఓం జ్ఞాన చతుష్టయం (జ్ఞాన, విజ్ఞాన, తత్వజ్ఞాన, సుజ్ఞాన)

* ఈ మరొక ఉపనిషత్తు “అత్వ్య”పనిషత్తు. యజుర్వేదీయము. దీనిని అష్టోత్తరశతోపనిషత్తులలో చూడనగును.

* చాక్షుష్మతి యనునది ఉపాసనావిధానములలో ఒకరకము. దీని వివరములకు “అత్వ్య”పనిషత్తు చూడవలెను.

* జ్ఞాన చతుష్టయం : 1. లోకజ్ఞానం, 2. విజ్ఞానం, 3. తత్వజ్ఞానం-ఆధ్యాత్మిక తత్వజ్ఞానము 4. సుజ్ఞానం-నిర్గుణ బ్రహ్మజ్ఞానం.

మహావాక్యోపనిషత్తు 5 వ మంత్రవ్యాఖ్య చూచేది. శ్రీ కనుపరి మార్కండేయశర్మ కృతము.

సమ్యక్ నిష్ప్రతియోగికజ్ఞానం, అసావాదిత్యోబ్రహ్మ”

మహావాక్యోపనిషత్తు. 5 వ మంత్రము వ్యాఖ్యచూచేది.

కేవల శుద్ధ బుద్ధ ముక్తజ్ఞాన స్వరూపుడుగ ఆవిర్భవించిన శ్రీ సూర్యభగవానుని అంతర్బహిర్బుద్ధ సవికల్పక సమాధ్యవస్త నిదిధ్యాసంతో ఆరాధించినచో తురీయాశ్రమిపొందు శాశ్వత బ్రహ్మలోక నివాసప్రాప్త మగును.

శ్లో. యత్కరోషియ దక్షాసి యజ్ఞహోషిదదాసియత్,
యత్తపస్యసి కౌంతేయ! తత్కురుస్వ మదర్పణమ్.॥

శ్లో. శుభాశుభఫలైరేవం మోక్ష్యస్యే కర్మబంధనైః,
సన్యాసయోగయుక్తత్వా విముక్తో మాముప్రైస్యసి.॥
గీత-9 అ-27, 28 శ్లో.

—: శ్రీ సూర్య హంసోపాసన విధులు :—

వానప్రస్థాశ్రమీయులు చేయు హంసోపాసన క్రమము:—
ఉదయాన్ని కము.

ఉపాసకుడు బ్రహ్మముహూర్తమున శ్రీ సూర్యదండకమును స్మరించుచు మేల్కొని నిత్య నైమిత్తిక స్నానాది యావత్ప్రథమకర్మలు తీర్చుకుని గురుస్మరణజేసి శ్రీమత్సూర్యనారాయణమూర్తి విగ్రహమును. సాలగ్రామమును, సర్వగ్రహ కవచమును, యంత్రమును పూజాపీఠమున నలంకరించి పూజ కాయత్తముచేసుకొనవలెను. కేవలనామములం జెప్పుకుని ఆచరించి, సంకల్పము:—అస్య శ్రీ చాంద్రమానేన శ్వేతవరాహకల్పే వై వస్వత మన్వంతరే ద్వితీయ పూర్ణే... ..యనుచు ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ (సదారుడైనచో) మమధర్మపత్ని సమేత హంసార్క వానప్రస్థాశ్రమ ధర్మప్రవర్తకే శ్రీ సూర్య-ద్వాదశాక్షరీ మహా మంత్రోపాసనే ఆయురారోగ్య బ్రహ్మజ్ఞానఽబ్ధ్యర్థం, తత్పాలేన శాశ్వత బ్రహ్మలోకనివాస సిద్ధ్యర్థం అంతఃకృత్త సవికల్పక సమాధ్యాసేన శ్రీ సూర్య

నారాయణ దేవతాముద్దిశ్య శ్రీ ఛాయోపాసమేత * శ్రీ సూర్యనారాయణ
“హంస” దేవతా ప్రీత్యర్థం శ్రీ మత్పుర బ్రహ్మత్మక శ్రీ సౌరద్వాదకాక్షరీ
మహామంత్ర జపేవినియోగః—

ప్రాణాయామమ్ కృత్వాః—

అథ, ధ్యానము :

శ్లో. గమాగమస్తం గమనాది సూర్యం చిద్రూపమేకం

పరమాద్వితీయమ్ ।

ధ్యాయంతియే సకల జన్మాంతరస్థం సమామిసూర్యం

పరమాత్మరూపమ్ ॥

ధ్యానబిందూపనిషత్తు.

అథః—తదంగ కలశారాధనం కరిష్యే-అవాహనం-ప్రాణప్రతిష్ఠా

పనం: [ఈ మంత్రములన్ని లోగడ అధ్యాయములో యివ్వబడినవి]

అన్య శ్రీ సూర్యనారాయణ దేవముద్దిశ్య-బ్రహ్మణుషిః. గాయత్రీ
ఛందః-హంసాదేవత-హం బీజం-సం శక్తిః-హంసోమ్ కీలకం - శ్రీ
సూర్యనారాయణ దేవసాక్షాత్కార్యార్థేజపే వినియోగః—

అథ-షడంగ, కరన్యాసములు:-

ఓం హ్రం సూర్యాయ-అంగుష్ఠాభ్యాంనమః

” హ్రీం సోమాయ-తర్జనీభ్యాం నమః

” హ్రూం నిరంజనాయ-మధ్యమాభ్యాం నమః

” హ్రైం నిరాభాసాయ-అనామికాభ్యాంనమః

” హ్రౌం తనుసూక్త్యాయ-కనిష్ఠకాభ్యాంనమః

” హ్రాః ప్రచోదయాత్-కరతలకర పృష్ఠాభ్యాంనమః

* “హంస” యనగా శ్రీ సూర్యుడని హంసోపనిషదర్థము నిది
వరకే యిచ్చియున్నాను.

* ఈ శ్లోకము పాఠభేదముతో మూలము ధ్యానబిందూపనిషత్తు,
సంతున్నది. వలయుచో ఉపనిషత్తు చూచేది.

అధ-షడంగ హృదయన్యాసములు:-

- ఓం హ్రీం సూర్యాత్మనే-హృదయాయనమః
- " హ్రీం సోమాత్మనే-శిరసేస్వాహ.
- " హ్రీం నిరంజనాత్మనే-శిఖాయైః షట్.
- " హ్రేం నిరాబాసాత్మనే-కంచాయహం
- " హ్రాం అగ్నిషోమాభ్యాంనేత్రత్రయాయ వోషట్
- " హ్రాః ప్రచోదయాత్-అస్త్రాయఫట్.

అధ-లం, తత్వాత్మక పంచపూజాం కరిష్యే:-

- ఓం-లం-పుద్గీ తత్వాత్మనే-గంధం పరికల్పయామి
- " హం-ఆకాశ తత్వాత్మనే-పుష్పం సమర్పయామి
- " యం-వాయు తత్వాత్మనే-ధూపం సమర్పయామి
- " రం-అగ్ని తత్వాత్మనే దీపం సమర్పయామి
- " వం-అమృత తత్వాత్మనే-అవసరమైవేద్యం సమర్పయామి.

ఏవం షడంగకరన్యాస హృదయన్యాసః, ఓమితి దిగ్బంధః:-

శ్రీ సూర్యనారాయణం దేవం సర్వాభీష్టదాయకమ్ ।

అన్యశ్రీ పుణి సూర్య ఆదిత్య ప్రీత్యర్థం శ్రీ సౌర ద్వాదశాక్షరీ మహా
మంత్ర జపం, పురశ్చరణం కరిష్యే:-

• “ఓం రాం హ్రీం పుణిః సూర్యాదిత్య శ్రీం నమః”

శ్రీం అను బీజాక్షరమును ఎచ్చటచేర్చినను శ్రేయమే.

ఇతి-11118 పర్యాయములు చేసేది: ఇందున దశాంశము హంస
గాయత్రిలేక “ఓం సూర్యాయ విష్ణుహేసహస్రక్షిర్దాయ ధీమహి తన్నో
సూర్యః ప్రచోదయాత్”యని సూర్యగాయత్రి చేసేది. తులసికోటలో 12

• ఈ ద్వాదశాక్షరీ మంత్రము “ఓం రాం హ్రీం శ్రీం మృడః
సూర్యాదిత్యోన్నమః” అనియును చేయవచ్చును. హంస గాయత్రిముందు
వ్రాయబడినది.

అర్ఘ్యములిచ్చి 12 ప్రదక్షిణములుచేసి నమస్కరించేది. పిమ్మట శ్రీమన్నారాయణ, సూర్యోపనిషత్తులు పారాయణచేసి సర్వము శ్రీ సూర్యభగవాన్ పరంగా బ్రహ్మర్పణముచేసి అత్మ ప్రదక్షిణనమస్కారముచేసి తీర్థము స్వీకరించేది.


మధ్యాహ్నాన్ని కము:—

మధ్యాహ్నాన్ని కమున పువఃపూజ చేయవలెను. శ్రీ అక్ష్యపనిషత్తులోని నామములు శ్రీ సూర్య అష్టోత్తర శతనామములు చేసేది. పిమ్మట [అష్టోత్తరశత] ద్వాదశక్షరీ మహామంత్ర పురశ్చరణచేసి సమంత్రముగ దూప దీప మహానైవేద్య సీరాజన మంత్రపుష్పాదులు జరిపి ఏతత్సర్వారాధన, నమస్కారములు సర్వము శ్రీ సూర్యార్పణముచేసి, తీర్థము స్వీకరించి, శ్రీ సూర్యానుగ్రహప్రసాదము స్వీకరించేది.

సాయంకాలాన్ని కము:—

సాయంకాల సంధ్యావందన అర్ఘ్యాదులు సలిపి, శ్రీ సూర్యభగవానుని పువఃపూజ సలిపి ఏదైన పండు, ఫలము నైవేద్యము చేసి నమస్కరించేది.

శ్రీ సూర్యాష్టకములు, దండకము పారాయణచేసుకుని నిద్రించేది.

 వారమున కొక్కమారు ఆదివారమున, లేక సూర్య పర్వతి దినమున. శ్రీసూర్యసహస్రనామములున్న నెలకొక్కవర్యాయము శ్రీ సౌరయంత్రమునకు సహస్రకుంకుమ పూజయు చేయవలెను. ఇది చాలా ముఖ్యము. విగ్రహములకు యంత్రమునకు పులికాపు చేయవలెను.

అనంతరము కుటీచకాశ్రమ ఉపాసన విధానము.

ఈ కుటీచకాశ్రములు శ్రీ సూర్య [ప్రణవ] హంసార్క ఉపాసన ననుష్ఠించేది. ఆచమించి ప్రాణాయాములు చేసేది.

• శ్రీ అక్ష్యపనిషత్తులోని ద్వాదశనామములు:—ఈ నామములు 1 వ అధ్యాయములో వ్రాసియున్నవి. వాటిని చూసుకునేది.

శ్రీ ప్రణవ హంసార్క జపానుష్ఠానే ధ్యానం—

* శ్లో. “సోఽహమర్కః పరంజ్యోతి రర్కజ్యోతిరహం శివః,
అత్మజ్యోతిరహం శుక్రః సర్వజ్యోతిరసావహోమ్॥”

మహావాక్యోపనిషత్తు.

కుటీచకమున (అత్మో పరతి ప్రకాశమానమగు సన్యాసమందు) ప్రతీక. విగ్రహ పూజాదులు గౌణము. ఈ కుటీచకుడు నిష్ప్రతియోగిక, నిర్గుణ మానస నిరాలంబ మానసోన్ముఖుడు. అయ్యును అవదూత, దిగంబర, అమనస్కుడుగాడు గనుకను పూర్వ వానప్రస్థ పూజాదులు నిర్నిమిత్తముగ జరిపినను తత్వాత్మో పరతిజ్ఞానమునకు ప్రతిఘటన, ప్రత్య వాయత. ప్రవాదములు లేవు. దేహ ప్రవర్తక నటనతో చితానంద నిమగ్న మానసుడై బాలానందానుభవము చేయుచుండును.

* సాయశ్చాయం పురుషేయశ్చసావాదిత్యేన ఏకః

సయ ఏవం చిత్.”

శృతిః తైత్తిరీయం.

ఇతి, ఓం. ఓం.

అథ-శ్రీ ప్రణవ హంసార్క షడాక్షరీ మహామంత్రస్మరణే వినియోగః—

ఓం ఓం ఓం-ఇతి:-

* ఈ శ్లోకార్థము ప్రశస్తమైనది. ఇందు తగురీతి మరహరించు చున్నాము:—

ఎయ్యది పరంజ్యోతి యనబడుచున్నదో ఆ జ్యోతి చితానందాదిత్య రూపము నేనే యగుచున్నాను. ఏ అర్కుడు జ్యోతిస్సో, ఏజ్యోతి శిష్యదో. ఏ ఇన్ద్రి ప్రత్యగ భిన్న స్వరూప మనబడుచున్నచో అపన్నియనేనే. ఇట్లు పర ప్రకాశుడును, ఓంకారస్థితుడును. ప్రత్యగ్-పర అభిన్నుడనియి తురీయ బ్రహ్మ నిష్ప్రతియోగిక స్వమాత్ర బ్రహ్మమై వెలుగుచు ఏతదపాసకుడు సర్వికాల. సర్వావస్థలందును పరమాత్మజ్యోతిలీనుడై యుండును. ఇది గురుముఖతః తెలుసుకొనుట మంచిది.

* శ్రీ పరమాత్మా దేవతాః సనత్కుమారః ఋషిః సవితృ
గాయత్రీ ఛందః ఓం బీజం హ్రం శక్తిః ఓం కీలకం, ఇతిజ్ఞాత్వా—

శ్రీ ప్రణవ హంసార్క మహామంత్ర షడాక్షరి ముపాస్యహమ్.

* 1. “ఓం సూర్యం సస్మోహమ్” లేక “ఓం సూర్య హంసో
హమ్.”

2. “ఓం హ్రం శ్రీం సూర్యసోమ్” లేక “ఓం సూర్యోహమస్మి”

3. “హంసస్మోహంసోహం” లేక “ఓం సూర్యాహమస్మి”-ఇతి.
[షడాక్షరి మంత్రములు] ఈ షడాక్షరి మంత్రము శ్రీరామ శఙ్ఖ బిరుదాం
కితులగు శ్రీ కందుర్తి నరసయ్యపాతులుగారు ప్రచురించిన శ్రీరామ యంత్ర
మును పర్యవేక్షించి పరిరక్షణచేయుచున్నది.

[యిది 147 వ పేజీలోని * గుర్తుకు చెందినది]

* మనవృష్టికి గోచరభూతుడైన ఈ సూర్యుడే బ్రహ్మము. ఆది
త్యునియందుగల స్వగత విశేషాంశములను నిరశించిన అతడే బ్రహ్మము.
ఏతద్బ్రహ్మోపాసక చిరకాలసంధానముచేత స్వమాత్రావశేషధ్యానోపాసకుని
ప్రబోధస్థిమై సచ్చిదానందస్వరూపుడగు పరమాత్మగాతానగుచున్నాడు.

* ఓం-శుద్ధమధ్యభిందు పరమాత్మ నిర్గుణతత్వ చిన్తము.

హ్రం-హకార + రకార సంపుటి-అత్మ + అగ్ని రోతిశ్చక్తిః

ఓం-కీలకం.

శ్రీం-శకార, ఈకార రేఫభిందు సంయుతమ్: శుభంకరం: ఫలదము.

* ఇందివ్యబిడిన మూడు మంత్రములు ఒక్కటే. ఏది సులువుగా
చెయ్యగలిగితే దానిని యుపాసించవచ్చును. ఈ మూడు మంత్రములున్ను
చెయ్యలేనివారు “ఓం సూర్యాహమస్మి” యని లేక సూర్య హంసోహం
యని మైనను చెయ్యవచ్చును. ఉపాసనాఫలము ఒక్కటేనని విశ్వసించ
వలెను. అన్నిటికి మనోలీనము ప్రధానముగదా!

అధ.హంస గాయత్రి జపించేది:—

ఓం హంసాయ విష్ణుహే పరమహంసాయ ధీమహి తన్నో హంస
ప్రచోదయాత్"

మూ. 8. ఆదిత్యవర్ణం తమనస్తుపారే,
సర్వాణి రూపాణి విచక్య ధీరః,
నామానికృత్వాఽభివదన్యదాస్తే॥

మూ. 9. ధాతా పురతా ద్యమువాజహార, శక్రః ప్రవిద్వాన్ప్రదిశ
శ్చతస్రః, తమేషం విద్వానమృత ఇహభవతి,
నన్యః పంథా ఆయనాయ విద్యతే॥

మూ. 10. యజ్ఞేన యజ్ఞమయజంతదేవాః, తాని ధర్మాణి ప్రథ
మాన్యాసన్. తేహనాకం మహిమానస్సచంతే,
యత పూర్వే సాధ్యాస్సంతిదేవాః॥

మహావాక్యోపనిషత్తు. 8, 9, 10 మూలమంత్రములు.

పై 8, 9, 10 మూలమంత్రముల క్లుప్తభావము:—

బ్రహ్మవేత్తలు స్వాతిరిక్తములను మిథ్యాభూతములని నిరసించి
బ్రహ్మము నెఱుంగుచున్నారు. స్వాజ్ఞానము బంధహేతువు: బ్రహ్మజ్ఞానము
ముక్తిదము. ఇంద్రాదిదేవతలు ఈ జ్ఞానముచేత అమానిత్వ, మైత్రాది
గుణములచేత పుణ్యోక్తములలో జీవన్ముక్తులై యున్నారు. ఇట్టి సాధ్యాది
దేవత లెచ్చటనున్నారో బ్రహ్మవేత్తలు అటకుచేరి తత్తుల్యులై ప్రకాశించు
చుందురు.

—: అధ. శ్రీ పరమహంస జ్ఞానవిధి :—

ఈ హంసాస్కాపాసన అచరించుటలో వానప్రస్థ, కుటీవక సన్యా
సములందు ధర్మ జీవనపద్ధతులు. బ్రహ్మజిజ్ఞాసానిరతి, జప, తప, ఏకాంత
వాసము, అనుభవమై పరమహంసాశ్రమమునకు తగిన దేహదార్ద్యము,
మనశ్శాంతి చాలవరకు సముపార్జింపబడియుండవచ్చును. అట్టిదైనచో
పరమహంసాశ్రమము స్వీకరించి బ్రహ్మైక్యమును పొందవచ్చును. లేదా

కుచీవకాశ్రమముననే యుండి బ్రహ్మలోక శాశ్వతనివాసమును, క్రమము క్రి పొందగలుగుదురు.

శ్రీ పరమహంసాశ్రమము అన్ని ఆశ్రమములకును, ఉపాసన లకును ఏకైకమైన ఉత్తమమెట్టు. ఇందు 'పరమహంస'చేయు కర్మలు లేవు, చేయుఉపాసనలులేవు. కర్మ, భక్తి, జ్ఞానకాండలుసర్వముగవై రాగ్యమున అంతర్ముఖమై అంతరించినవి. అస్మద్విద్గురువులు శ్రీ త్యాగబ్రహ్మము:—

శంకరాభరణము—రూపకము—మే 29,

“మనసు స్వాధీనమైన యా ఘనునికి

మడిమంత్ర తంత్రములేల

[ఆశ్రమభేదములేల]

తనువు తానుగాదని యెంచువానికి తపసుచేయనేల.

దరశధబాల—మనసు—

అని శెలవిచ్చినట్లు తనకుతానే లేకపోవును: అప్పుడు బ్రహ్మలోకము లేదు—క్రమము క్రిప్రశంసలేదు.

“పరమహంస” తానే బ్రహ్మమను నిశ్చితాత్మోపరతిలో నుండును గాన “బ్రహ్మైవాహమ్, బ్రహ్మహమస్మి, అహంబ్రహ్మస్మి, సూర్య హంసో హమ్, సూర్యోహం” ఇత్యాది “అహం, సోహం, అస్మి, అసి” యను “అహం” జ్ఞాత విదనాడును. తానే లేడు, తనకు బ్రహ్మము లేడు, తను లేడు తనకు సూర్యుడులేడు తానే స్వమాత్రావశేషమైపోవును “బ్రహ్మైవ భవతి స్వయమ్” భవతి—నహి. “బ్రహ్మం, సూర్యమ్.”

శ్లో. “అహం బ్రహ్మాతినిశ్చిత్త్య అహంభావం పరిత్యజ,” శ్లో. 104

శ్లో. “నదేహో నచక్రూణి సర్వం బ్రహ్మైవ కేవలం” శ్లో. 105

శ్లో. “అహంబ్రహ్మాననందేహోహ్యహ్యం బ్రహ్మచిదాత్మకమ్ ।

సచ్చిదానంద మాత్రోఽహమితి నిశ్చిత్త్య తత్త్యజ ” శ్లో. 107

తేజోబిందూపనిషత్తు. 6 అధ్యాయము.

* కృతిలో మఱి అని యున్నది. “మడి” యని పాఠాంతరిభేదము.

ఏమాత్రపు తనువుజ్ఞాత, అహంజ్ఞాత యున్నను నిర్గుణత్వమునకు మొప్పము గాన:—

శ్లో. తస్మిన్ కాలే విదేహోతి దేహస్మరణ వర్జితః

ఈషన్మాత్రం స్మృతంచేద్యస్తదా సర్వసమన్వితః॥

అ 6 తే. బిందూపనిషత్తు శ్లో 106 వ్యాఖ్య చూడేడి.

నేను బ్రహ్మ కానను సంశయములేదు: నేను సచ్చితానంద మాత్రుడను, ఇట్టి నిశ్చయవృత్తిగలవాడై తరువాత ఇట్టి వృత్తి యుండుటకూడ స్వాతిరిక్తాస్థిత్యమునకు దారితీయునుగాన దానినికూడ వదలి అందు ఓం “ఓం ఓం ఓం సూర్యోమ్.” లీనమయి ఈ దిగువ తెలుపబడుచున్న స్థితిలోనుండును.

శ్లో సహస్రభాను మచ్ఛురితా పూరితత్వా దలీయా

పారావార పూర ఇవ. నైషాసమాధిః నైషా

యోగసిద్ధిః. నైషా మనోలయః, బ్రహ్మైక్యం తత్॥

మహావాక్యోపనిషత్తు. 7 మంత్రం.

తాత్పర్యము:—

“బ్రహ్మమాత్రపర్యవసన్నమయిన తత్వజ్ఞాన వృత్తి ఒక్కసారిగ కోటి సూర్యు లుదయించినట్టి కాంతిచేత ప్రకాశించును. ఈ బ్రహ్మమాత్ర పర్యవసన్నవృత్తి ఆలయలేని నిండు సముద్రమున్నట్లు రసస్వరూపములో అంతట నిండి నిబిడికృతమై విచ్ఛత్తిలేక ఉంటుంది. ఇట్టి వృత్తిని సమాధ్యావస్థ యనిగాని, యోగ సంసిద్ధియనిగాని, మనోలయమనిగాని అర్చముగ

చెప్పుటకు వీలులేదు. * ఇయ్యది ప్రత్యగ్రహైక్య ఉత్కట అంతర్ పరాకాష్ఠస్థితి:

ఇత్యాది ప్రమాణములు చెప్పుచున్నట్లు అచింత్యముగ, నిస్సంకల్పముగ, “పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్ పూర్ణమదః” - (ఉచ్యతే-)

“ఓం సూర్యోమ్.”

నిర్వికేష ప్రత్యగ్రహైక్యమై, బ్రహ్మమై పూర్వాశ్రమ స్థావరమును విడిచి ఓం-ఓం-ఓం అయి విడిచి వెళ్ళిపోవును.

శ్రీ సూర్య హంసోపాసన సమాప్తము.

శ్రీ సూర్యపరమాత్మార్పణమస్తు.

ఓం శాంతి శాంతి శాంతి:

ఓం ఓం ఓం

ఓం తత్సత్.



* ఉత్కటపరాకాష్ఠత రెండువిధములుగ ప్రవర్తించును. 1. అంతర్ పరాకాష్ఠ, 2. బహిర్ పరాకాష్ఠ ఇందు తెలిపినది అంతర్పరాకాష్ఠ. ఈ అంతర్పరాకాష్ఠత నిర్దేహతత్వములో ప్రవర్తించును. ఈ పరాకాష్ఠతల గురుముఖముగా తెలుసుకునేది.

శ్రీ సద్గురుభ్యోన్నమః

11 వ అ ధ్యాయ ము

—: ప్రాణాయామము :—

ధ్యానము

శ్లో. అనేకరత్నసంయుక్తిం స్వర్ణమాణిక్య భూషితం
కల్పవృక్ష సమాకర్ణం కదంబ కుసుమప్రభమ్,
అసేషరోగ శాంత్యర్థ్యమ్ ధ్యాయేదాదిత్య మందలమ్,”

శ్లో. ప్రత్యక్షదైవ మచలాత్మక మచ్యుతంచ ।
భక్తప్రియం సకలసాక్షిణ మప్రమేయం ।
సర్వాత్మకం సకలరోగహరం ప్రసన్నం ।
శ్రీ భాస్కరం జగదధీశ్వరమాశ్రయామి॥”

మనము ఏపనినైనను సక్రమముగా చేయగలుగుటకు 1. మనస్సు యొక్క నిశ్చలత్వము. 2. దేహాంగముల పటుత్వము కలసి సహకరించవలెను. ఈ రెండింటిచేతను జీవితలక్ష్యములగు ఇహమును పరమును కూడ సాధించగలము. ఈ రెండును ఒకదానితోనొకటి [A Sound mind in a sound body and Vice-Versa] అనినాభావ సంబంధము గలవి గనుకను ఒక్కే ప్రక్రియతో సాధించుటకు వీలుగలదు. అట్టి సులభోపాయము ప్రాణాయామ యజ్ఞముచే లభించునని మనకు భగవద్గీతి:-
అ 4-29 శ్లో.

శ్లో. “అపానే జుహ్వతి ప్రాణం ప్రాణేపానః తదావరే ।

ప్రాణపాన గతిరుద్వా ప్రాణాయామ పరాయణాః॥

యని తెలుపుచున్నది.

ఈ ప్రాణాయామయజ్ఞము నిరపాయకరమైన ఒక మహత్తర సాధన. గాని ఈ సాధనకు ప్రారంభకలైనవారు కొందరు భయమువల్ల

ఆనాన క్తతను చూపుచున్నారు. గనుక ప్రాణాయామమున్న నేమిటో తెలుసు కున్నయడల నిర్భయముగా సలిపి దానియొక్క శక్తిని, ఫలితమును సాంతముగ పొందగలరు.

ప్రాణాయామమునగా శరీరమున సర్వత్ర వ్యాపించి ప్రాణప్రదముగ నుండు ప్రాణవాయువును ఉచ్చాస నిశ్వాసములద్వారా పీల్చి అది శరీరమునుండి నిష్క్రమోజనముగ పోకుండునటుల కొంతసేపా పట్టియుంచి విడుచు క్రిమి. దీనినే ప్రాణమును ఆయామము చేయుటయనికూడ అందురు. ప్రాణము నిచ్చు వాయువుగనుకను ఆ గాలిని ప్రాణవాయువని, ప్రాణమని తెలియవలెను. ఇప్పుడు ప్రాణవాయువు, ప్రాణముల పరస్పర సంబంధమును తెలుసుకొందము. ప్రాణవాయువు మనము పీల్చు గాలిలో నత్రజని, కొద్ది బొగ్గుపులుసువాయువులతో నూటికి సుమారు అయిదవ వంతు నిష్పత్తితో (21: 77-2 పాళ్లుగా) కలసియుండు అగ్నివంటి వాయువు. సృష్టిలో ఏ జీవియు జననము మొదలు మరణమువరకును ఈ వాయువుయొక్క దేహాంతర్సర్ప, సంచలనమువల్లనే ప్రవర్తించగలుగుచున్నది. పిండోత్పత్తి జీవాణువుల సంపుటివల్ల కలిగినను వెంటనే ఈ వాయువును పీల్చనేరదు. జననమై ఈ వాయువును పీల్చ మొదలిడిననే గాని జీవచైతన్యము గలిగి చలించదు. ఈ వాయువు ప్రతి జీవాకృతిలో మహత్తర బ్రహ్మ చైతన్య శక్తియగు సంచలనమునకు కారణమగుచున్నది. గాన ప్రాణవాయువని పిలువబడు నిర్మాణశక్తి-వాయువని తెలియవలెను.

ఈ జీవశక్తిగల ప్రాణవాయువునకు ఉత్పత్తి మూలస్థానము సూర్యుడు, స్థాయి సర్వవ్యాపకత్వము, శక్తి జీవచైతన్య సంచలనములు, ప్రయోజనము జగదుత్పత్తి, పోషణ, లయములు. ఇట్టి బ్రహ్మచైతన్య జీవసత్త్వాస్ఫురికలిగిన ఈ ప్రాణవాయువును (శ్రీ సూర్యశక్తిని) ఉచ్చాస నిశ్వాసములద్వారా దేహమున ఊపిరితిత్తులలోనికి బాగా పీల్చుట. కొంత సేపు బంధించుట, పిమ్మట నెమ్మదిగా విడుచు తీవ్రసాధనే ప్రాణాయామము చేయుటగును.

ప్రాణాయామము చేయుట అనేకతరహాయిగ నుండి, అనేక ప్రయోజనములు, మహత్తులు గల ఒక గంభీర బ్రహ్మవిద్య సాధనయోగము. ఈ విద్య జ్ఞానులకు, విరాగులకు ఒక గొప్ప ఆత్మోపరతి సాధనక్రియగా పరిణమించి సూక్ష్మ, లింగ, వాయుశరీరములతో సర్వవ్యాపక, సర్వ వశీకరాది అష్టాదశ అణిమాదిసిద్ధులనుకూడ మించిన అంతర్బవికల్పక, అంతర్నిర్వికల్ప సమాధులలోనికి వెళ్ళి విశ్వామిత్ర వాల్మీకి యిత్యాదులవలె సకల సద్గుణ శుద్ధ బ్రాహ్మశక్తిస్వాదన పరవశులై, సర్వ చిద్వనాత్మక, చిక్కణాత్మక, చీగ్జ్ఞానాత్మక ఆగ్రహణ నిగ్రహణ శక్తిస్వరూపులై చరించగలుగుదురు. లేదా వారివారి సంకల్పానుగుణ్యముగ శుద్ధ నిర్వశేష బ్రాహ్మ విభూతి త్వములో లీనమున్నుకాగలిగివున్నావృత్తిరహితులై నరిజన్మనుతరించగలుగుదురు. ఇక అవిద్యాపరులైన మనబోటి నిత్య వ్యవహారిక, ప్రాపంచకజీవులు ఏతత్సాధనసంపత్తివల్ల పంచత్వక్. పంచజ్ఞాన కర్మేంద్రియ, పంచవాయు స్ఫుట పాటవ సంస్కారమును పొంది ఆయురారోగ్య శక్తి శాంతియుత జీవ జవసత్త్వములు పొంది సిరి సౌభాగ్యములు గణించి వాటిని అనుభవించగలిగి సుఖించగలుగుదురు.

ఇప్పుడు మేమిందు వ్రాయు విషయములు ప్రస్తుతాంశమగు శ్రీ సూర్యసమస్కారాసనములు చేయుటకును, నిత్య ఆరోగ్య ప్రదస్థితి సంపాదనకు వలయు విధానమువరకే పరిమితముచేయబడినవి గాని పతంజలి యోగశాస్త్రాన్నిగుణ్యముగ ఉద్ధాన, స్తంభన, సమాధిబంధనాదులు సాధించగలుగుటకు ఉద్దేశింపబడలేదు. మరియు ప్రాణాయామయోగము అనాది నుండియు ఈ కర్మభూమియందు ఉపవీతులైన అష్టవర్షప్రాయ బాల బాలికలవద్దనుంచి చేయబడుటకు ద్వైశింపబడి చాతుర్వర్ణ్యులు చతురాశ్రమీయులు చేయనగు త్రికాల సంద్యావందనాచరణయందే యిమర్చబడి సర్వోత్కృష్టమగు నిత్య ఆరోగ్య ఆయుర్వృద్ధి ప్రక్రియగ పరిణామమైయున్నది. గనుక ఎట్టివారును, ఎట్టి పరిస్థితులందును ఈ ప్రాణాయామ ప్రదేహ, మనో నిర్మలినీరణ] కృత్యమును ఏమరక ఏ కొండికాల మనుష్టింఁచినను [20 నిమిషములు, 3 పూటలు] మహదారోగ్య భాగ్యమును చేబట్టగలరని

తెలియగలరు. మరియు యిందలి విషయములు సులభసూత్రప్రాయములై నిరపాయ, నిర్భయకరములై శ్రీ సూర్యానుగ్రహపాత్రములై యుండును. మరియు మేము ఇకముందు చూపబోవు శ్రీ సూర్యనమస్కార ఆసనము లున్న వాటివలెనే సులభముగ అనుష్ఠేయమగునవని తెలియదు.

ఇక, ప్రాణాయామము చేయుట నేర్వకముందు కొన్ని దేహాంగ బాహ్యంతర్విషయములు తెలియుట ఉత్తమము. దేహము పైకి కనబడు ఇంద్రియములేగాక లోభాగములో రక్తము, కంఠరములు, అస్త్రులు, స్నాయువులు, నాడులు, [నరములు], నాళములు, కోశములు, గ్రంథులు మున్నగు అనేక ద్రవ, ఘనపదార్థములుగలది గావున మనము ఆచరించు ఈ ప్రాణాయామ ఆసనకృత్యముల శక్తి సామర్థ్యములు వాటి నన్నింటిని ఉద్వేగపరచి, లోపలి మనో, మాంసకంఠరముల కలుషములను హరించి ఆహారసారపుష్టితో పటుతరముగ నొనర్చి దేహమును నఖిలవర్గంతము ఉత్తేజపరచునటుల చక్కగా సంస్కరింపబడినవి. ప్రాణాయామము, ఆననములునుకూడ ప్రత్యేకముగా దేనికదియును, కూడికగను శరీర అష్టాంగ మనో సహకారముతో చేయునవియైయుండి శిరాగ్రము మొదలు పాదాంగుష్ఠాగ్రమువరకునుక్రమశఃక్షణను, పోషణను, సౌష్ఠవమును, రోగనిరోధకశక్తిని గ్రహించి దేహమునకు దీర్ఘ ప్రాణ-ఆయుర్జ్యుత్తాను ప్రసాదించును. ఇట్టి సర్వతోముఖ శక్తిగ్రహణకు కేవల దేహశ్రమయేగాక మనోధారణకూడ సుండవలయును. ప్రాణాయామ, ఆసనకృత్యములు ఏవి చేయుచున్నను అందు ముఖ్యమగు ప్రాణవాయు సంచారము దృఢీకరము కాకున్నను మనస్సంకల్పధారణచే దేహము మనస్సులోను మనస్సు అంతర్ అవయవములందును కేంద్రీకరణమై ప్రాణాయామ ఆసనజనిదమగుచుండు శక్తి ఎప్పటికప్పుడు నాదీసంచారముతో ఆయా మారుమూల స్థలములకైనను వాహకమై అచ్చటి రోగకారణ నిర్ణీత కల్మష నిస్సత్తువులను హరించి నిర్మలినీరణ మొనర్చగలుగును. గనుక ఈ ఆసన యోగముల అభ్యాసముతోపాటు మనోబలమును, మనో విశ్చలత్వమును, మనో కేంద్రీకరణ

కూడ పొందగలుగునటుల చేయకలుగును. గనుక మనము చేయు ప్రాణాయామ, ఆసన క్రియలలో సమయోచితముగ వాటినికూడ మనసా స్మరించుచు కుండలినీశక్తిని వృద్ధిపర్చుటకు యత్నింతురుగాక :

పిమ్మట దేహములోని నాడీమండలము సంగతి కొంత తెలుసుకొనవలసియున్నది. గుదస్థానమునకు పైనను, నాభికి దిగువను నాడీకాండము బయలుదేరి శాఖోపశాఖలు దేహమంతటను వ్యాపకమగుచున్నవి. అందు ముఖ్యమైన ప్రకాండము కుండలిని వద్దనుండి బయలుదేరి వెన్నుపూస నంటుకుని ఊర్ధ్వముగ పారుచు పట్టుక స్పర్శతో మెడవరకు 72 వేల నాళ్ళుగ దేహ మాక్రమించుచున్నవి. ఈ వేలసంఖ్యాకనాడులన్నియు మెడలో 101 నాడిగ సమ్మేళనమై జ్ఞానేంద్రియ స్పర్శతో మేధాపరణము గుండా ప్రసరించి పైనయున్న సహస్రారమునందు స్థిరభావము నొందును, ఈ నాడీపుంజము రెండు మేధాల [Two Brains] కు విద్యుల్లతా తీగెల పలె దేహభాగములనుండి సమాచారమును జ్ఞాతచేయుచు దేహమునకు అనుకూల ప్రతికూల పరిస్థితి కల్పించును గనుక దేహ పటుత్వ, ఆరోగ్యాదులు సర్వనాడీ సమాహిత శక్తిమీదనే ఆధారపడియున్నదిగాన మనము చేయు ప్రాణాయామ, ఆసనకృత్య కృషి మెడకున్ను, ప్రతిఅవయవములోను గల నాడులకున్ను నిర్మలినీకరణము. బిజ్జిత కలిగించునటుల నుండవలయును. ఈ నాడీశుద్ధికి తోడుగా కుండలినీశక్తియు సుషుమ్నముద్వారా బ్రాహ్మితేజశ్శక్తితో దేహ, వనో పటుత్వము కలిగించుచు భగవత్కృపయగు ఆరోగ్యమును ఆయుష్షును వృద్ధిపరచును. దీనిని నాడీశుద్ధియందురు. దీనివలన శరీరములోని మిక్కుటమైన వాత పిత్త శ్లేష్మాదులు హరించి, దేహములో అణువులకు ప్రాణతేజస్సును, జతరాన్ని జ్వలనము మనస్సుకు దారుఢ్యమును సాధించును.

—: శిర-గ్రీవ మండల సాధన :—

మేము వ్రాయు ప్రాణాయామ క్రియలో శిరఃకంఠ-మండలమును గూర్చి మా స్యానుభవముగా కొన్ని ముఖ్యాంశములను చెప్పుచున్నాము. ఈ విధానము యోగాసనములలో చెప్పబడలేదు. ఆ ఆసనములందు సామా

స్యలకు ప్రమాదకరమైనను శీర్షాసనము వేయుట కల్పన అయియున్నది గాన ఈ సాధన చెప్పబడలేదు. గాని, మేము చూపుదున్న సూర్య సన స్కారములలో అట్టి శీర్షాసన మనవసరముగాన ఈ సాధన యివ్వడమై నది. మగియు ఈ మేధానరముల సాధన యోగాసనములు వేయువారున్ను చేయుట అత్యుత్తమము. మెడగుండా తలలోనికి ప్రసరించు 101 నాడులు సడలించుటవల్ల గళము, నాసికానాళములు, సుషుమ్న నాడి యిత్యాదులు బలకరమగుటయేగాక ప్రాణాయామములో మామూలుకన్న రెండింతలు ఎక్కువ గాలిని లోనికి పీల్చుటకు సాధ్యమై ప్రాణాయామము మామూలుకన్న మిక్కిలిముగ శక్తివంతమగుచున్నది. మేధానరముల కిచ్చు వ్యాకోచ సంకోచసాధన మేధానరము, రెండు మేధానరములను. సహస్రార మండలమును, జ్ఞానేంద్రియ నాడిమండలమునుబలపరచి, శిరోధారమును, మేధాదైకల్యములను చక్కపరచి నిద్రోగముగ సంస్కరించి, ప్రాణాయామములో మనోద్వ్యతనుకూడ ద్విగుణీకృత మొనర్ప గలుగును. గనుక ప్రారంభదశలలోనే (3. 4 నెలలపాటు) నొప్పిగాను కష్టముగా నుండినను ప్రారంభకులు పట్టుదలతో దీనినెంత సాధించుకొనిన అంత ధన్యత పొందగలరని విశ్వసించమని మా చిరకాలానుభవము నివేదించుచున్నాము.

పై విషయము పిమ్మట కొన్ని ఆరోగ్యసూత్రములున్ను తెలుసు కున్నయెడల మన కృషి సత్వరము సక్లృతము గాగలదు. ప్రాణాయామము, ఆసనవ్యాయామము చేయుటకు కొన్ని దేహ, కాల, స్థల, ఆహార, బ్రహ్మచర్య, నిద్ర, విశ్రాంతి నీమములను గమనించవలెను. ఇవన్నియు, ప్రతి గృహస్తుకు ఆసాంతము లభించకపోయినను అందు ఆహార, బ్రహ్మచర్య నీమములనైనను తప్పక పాటించినచో యితరములు వీటినిబట్టి అవియే అమరికనొపొందును. ఇక కాల, స్థల విషయములలో ప్రాణాయామాదికీర్త్యము చల్లగానుండు ఉదయ, సాయంసమయములందే చేయుట ఉత్తమము. దీనిని ఇంట్లో చీకటిగదులలోను పాకీవొడ్డి, వంటక వాసనలుకొట్టు స్థలములందును తేమగానుండి స్వేచ్ఛావాయుప్రసారము

లేనిచోటను చేయకూడదు. శ్రీ సూర్యభగవానుని నీరెండ రాగలిగి సమతలముగానుండి నిశ్శబ్దముగాను, భగవద్స్పృశ్యములు [దేవతాపటములుండుట, లేక దేవ ప్రతిమలుండుట] గలట్టిన్ని స్థలము వాంఛనీయుము. పిమ్మట ఈ కృత్యమునకు దిగకమునుపు విరేచనబద్ధకము తీర్చుకొనుట మంచిది. సహజ మలబద్ధముగలవారు ప్రతిరోజు తెల్లవారుజామున [4 గం||లప్పుడు] రెండు ఆచమనియములమేరకు అనగా రెండు మూడు ఉద్ధరియెలు (వంట) ఆముదమును చేతిలోపేసుకని నాకివేసి పరుండిన తెల్లవారుసరికి కాల విరేచనమగుట అభ్యాసము లోనికివచ్చును. కొందరు ఎనిమీ చేసుకొందురు ఇదియు మంచిదే. దీనికంటె ఆముదమును అప్పుడిప్పుడు తీసుకొనుటవల్ల విరేచనబద్ధకము పోవుటేగాక కొంత దేహములో జీర్ణమై యుండును ఎమి కలకు, వాటి కీళ్ళకు సత్తువ నిచ్చును గాన విరేచనముల మందుకన్న ఈ అలవాటే మంచిది. ఎప్పుడైనను వేడిచేసి విరేచనము పిట్టము కట్టెయడల సబ్బుగాని లేక కుంకుడుకాయనుకొట్టి నీటితో నుదిగు తీసి గుదములో కడిచేతిమీద పరుండి పచ్చగా పెట్టుకున్నచో విరేచన మగును. ప్రాణాయామమునకు పూర్వము స్నానము చేయుట ప్రశస్తము గాదు. రోగులగువారు ఈ కృషి యంతరము వేడినీటి స్నానముచేయుట మంచిది. ఈ కృషి సలపువారు ఎంత ఆరోగ్యవంతులైనను, అలవాటు న్నను వెంటనే చన్నిటిస్నానము చేయుట మంచిదిగాదు లేదా చన్నిటి స్నానము చేయుచో స్నానముచేసిన పిమ్మటనే ఈ కృత్యముచేయుట సమంజసము. వ్యాయామములో నాడులు వ్యాకోచించి యుండునుగాన వెంటనే చన్నిళ్ళస్నానము సంకోచము కలిగించి ఆరోగ్యకరము గాక పోవుటయేగాక కొన్ని వేళలలో సంకోచకరమును కాగలదని తెలియవలెను. దీనిని ఎవరికివారు స్వానుభవముతో నిర్ణయమునకు వచ్చుట మంచిది.

పిమ్మట ఆహార నీమాదులు గమనించవలెను. ఆహారనీమ మెంత కష్టమో కాముక [బ్రహ్మచర్య] నీమమున్ను అంత కష్టకరమే. ఇది రెండు అవిశ్రాంత్యసంబంధముగలవి. భగవానుడు మహోత్కృష్టమగు విఘ్నానాత్మక సుదేహమును సృష్టించియు ఈ జిహ్వా, శ్రీ పురుషాంగ

చాపల్యములను సహజ ధర్మముగ నిర్మించి ఈ దేహముయొక్క ఉత్తమ, సార్థక్య సాధన శక్తిని నిర్మూలించి తను సృష్టి చిద్విలాస విభూతి ననుభవించుచున్నాడాయని యనుపించును: ఈ నీషద్వ్యయ ఉల్లంఘన మరణాంతకమని తెలిసియునుకూడ మనకన్న పూర్వలే వాటిని నిరోధించలేకయుండిన స్థితిలో యిప్పుటి రాఫీహోటల్, సిసీమా, నాటక, డాన్సు, థ్రీ స్టేజ్చానైర విహార, ధనోప బోగవిలాస యుగములో వాటి పరిణామము చెప్పవలసినదే లేదు: ఈ చాపల్యద్వయ విరోధ గుణగుణములనేమి, వాటి నీమ ప్రాశస్త్యములేమి చెప్పు శాస్త్రములు, ఉపనిషత్తులు [చాందోగ్యములో 6 ప్రపాఠకము, భగవద్గీతలో 7 మొదలు 13వ శ్లోకము ఆచరువరకు చూచేడి] పెక్కులున్నను వీటి నిరోధమునకు మానవు డశక్తుడగుటం బట్టియే ఆరోగ్య ఆయుషీణములు గలిగి అకాల మరణములు, పెక్కులు పురుషమరణములు పెక్కు అవనీతిమరణములకు లోనగుచున్నారము. గనుక ఆహార, బ్రహ్మచర్య నీమములనుగూర్చి ఎంత వ్రాసినను తరుగు నవికావు. గనుక ఈ క్రింది రెండు మూడు విషయములను:—

శ్లో. ఆసోరశుద్ధౌ సత్వశుద్ధిః ।

సత్వశుద్ధౌ ధృవాస్మృతిః ।

స్మృతి ప్రలంభే సర్వగ్రుధీనాం విప్రమోక్షః॥”

శ్లో. రసాద్రక్తిం తతో మాంసం । మాంసాన్నేదః ప్రజాయతే ।

మేధస్యాస్థిస్తతో మజ్జా । మజ్జాయాః శుక్రసంభవః॥

శ్లో. మరణంబిందు పాతేన । జీవనం బిందు ధారణాత్ ।

గమనించి మన దేహస్థితికి వ్యతిరేకించని సాత్విక సులభ జీవితకర, వీర్య వృద్ధికర, శక్తివంత ఆహారపానీయములను మితముగాను, నియమితకాల మందును, చిరుతిండి తినకను, సేవించుచు, బ్రహ్మచారులును, గృహస్థులును వారివారి కచిత్తశాస్త్రీయ బ్రహ్మచర్యమును పాటించునెడల తమప్రాణాయామ, వ్యాయామకృషిచే శుద్ధ రక్తవృద్ధి యగును. తత్ఫలముగ వీర్య స్థంగన కలిగి అశరీర నాళ్ళు నరములందు, కీళ్ళయందు సర్వావయవముల చుట్టును వ్యాపించి దేహ, మనో, ఆయురారోగ్య పటుత్వ వృద్ధికి హేతు

వగునని ఎంచవలెను. ఇట్టి నియమిత, సాత్వికాహార, బ్రహ్మచర్య సిద్ధిని పొందగలుగువారి ఆయుర్విజ్ఞాన ప్రజ్ఞాజ్వలిత సర్వతోముఖ కాయ, మన సోల్స శక్తియుత ప్రాణవాహినియందు ఆ పరమాత్మ తత్వమే ప్రత్యక్ష సహకార మొనర్చును:—

శ్లో. “ఉత్సాహం సాహసం, ధైర్యం, బుద్ధిః శక్తి పరాక్రమః।

షడైతేయత్ర తిష్ఠంతి తత్రదేవోపతిషతి॥”

యను ప్రమాణముచే పరమేశ్వరుడే మన జీవయాత్ర నొక సద్రవతముగ జరుపునను అభయ వాక్యమును గ్రహించి నడుచుకొనుట శ్రేయస్కరము.

—: ఆ స న సి ధ్ధి :—

ఇక ప్రాణాయామముచేయుటకు వలయు ఆసనము లెఱివని చూడ నగును. ఆసనములు ఎన్నిరకములున్నవి, అందు మన కవసరమగు ఆసనము లెన్నియని చూతము. ఆసనమనగా కూర్చొను విధానము. ఇవి సృష్టిలో ఎన్ని జీవరాసులున్నవో, ఒక్కొక్క రాసిజీవి ఒక్కొక్క తరహాగా కూర్చొను స్థితియున్నదిగావున అన్ని ఆసనములున్నవినిశాస్త్రము. గనుక ఏ ఆసనమునకు ఒక నియమిత స్వరూప, ప్రయోజనము లున్నవని తెలుసుకొనవలెను. ప్రస్తుతము ఆసనములను రెండురకములుగా విభజించుదము. 1. ప్రాణాయామ ఆసనములు. 2. సూర్యనమస్కార ఆసనములు. సూర్యనమస్కార ఆసనములలో ప్రాణాయామము చేయుటకూడ జరుగుచున్నను ప్రాణాయామము ప్రత్యేకముగాకూడ చేయబడును గాన దీనిని ప్రత్యేక ఆసనములలోనే చేయవలెను. ప్రాణాయామము చేయునప్పుడు శరీరములోని సమస్తావయములన్ను, లోపల జనించు ప్రాణాపానాది పంచవాయువులు, వాటి ఉపవాయువులగు నాగము, కూర్మము, కృకరము మున్నగు పదియును, సర్పవాడి, కండర, అస్తిమండలములున్ను కట్టబడియుండి, శ్వాస పశ్వాస, రక్తప్రసారములు నిరాఘాటముగను ఉద్వేగముగను జరుగవలెనుగాన ప్రాణాయామకృత్య సమయమున కూర్చొను స్థితి సుఖకరముగను. ప్రాణవాయు పసారానుకూలముగ నుండవలెను. దీనికి గాను మేము మూడాసనములను జూపుచున్నాము. ఇవి 1. సుఖాసనము,

2. జంఘ-జానుర్వాసనము, శిమకటాసనములు. ఈ ఆసనముల స్వరూపము, వేయు పద్ధతి, అందు ప్రాణమును ఆయామము చేయు రీతి ముందు తెలియగలదు. ఈ ఆసనములు మూడింటిని క్రమపద్ధతితోను, సమకాలము లోను చేయవలెను. ఈ ఆసనములు వేసి ప్రాణాయామము చేయుకాల ములో ఏ నొప్పియు, కష్టము కలుగకుండుటను ఆసనసిద్ధి యందురు. పీటిలో ఏ ఆసనములోనైనను శి గంటలు. లేక కనీసము ఒక్క గంట కాలమైనను సునాయాసముగా కూర్చొన గలుగుటను సాధించుట ఆసనసిద్ధిని పొందుటగును. ఈ ఆసనసిద్ధియే కొంతవరకు రోగనివారకముగా పని చేయును.

—: నాడీ శుద్ధి :—

ప్రాణాయామ-సూర్యనమస్కార ఆసనములు దేహశ్రితరోగ నివారణ అగుటకు దేహములో ప్రసరించు నాడుల శుద్ధియే కారణమని తెలియవలెను. దేహమధ్యనున్న నాభీకందమునుండి బయలుదేరు 72 వేల నాళ్ళు వివిధ ఆసనకృత్యముల ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధారణలయొక్క వేదచే వాటి రుగ్మతలను విడచి, పుష్టి నొందుచే ఆరోగ్యము. ఇదివరలో శిరః-గ్రీవ నాడీ సాధన ప్రస్తావనలో ఈ సంగతి కొంత ముచ్చటించియున్నాము. ఇప్పుడు ఆ నాడులలో ముఖ్యమైన వెన్వి. వాటి స్థానమే యని తెలుసుకున్నచో, (యోగోపనిషత్తులనుండి) ప్రాణాయామ ఆసన కృషి ఎచ్చబెచ్చట ఏ నాడీకందినది లేనిది తెలిసి అవసరమగుచోట ఎక్కువ కృషి ప్రయోగముచే తగినంత ప్రయోజనమును పొందవచ్చును.

72వేల నాడులు శిరః-గ్రీవ (మెడ) స్థానములో 101 నాడీఖండములై, అవి మరల పది నాడులుగా ఏర్పడి ఇద. పింగళ. సుషుమ్న నాడుల నాశ్రయించి శుద్ధికాగలవు. 72 వేల నాడులలో ఉత్తమోత్తమమైనది సుషుమ్న నాడి యని పిలువబడు బ్రహ్మనాడి. దీని నాశ్రయించి:—

హస్తిహస్త తథా సవ్యపాదా గుహంత మిష్యతే
శంఖినీ నామ యా నాడీ సవ్యకర్ణంత మిష్యతే,

గాంధారా సవ్యనేత్రాంతా ప్రోక్తా వేదాంతవేదిభిః.

విశ్వోదరాభిధా నాడి కిందముచ్చే వ్యస్థితా.

తా. 1. సుషుమ్నానాడికి యెడమవైపున ఇడనాడి యుండును. కుడివైపున పింగలానాడి యుండును.

2. సుషుమ్నానాడియొక్క ఇరుపార్శ్వములందు “సరస్వతి, కుహూ” అను నాడులుండును.

3. ఇడానాడియొక్క పృష్ఠపూర్వములందు [వెనుకయు ముందర] “గాంధార, హస్తిజిహ్వా” యను నాడులుండును.

4. పింగలానాడియొక్క పృష్ఠపూర్వమునందు “పూష, యశస్విని” యను నాడులుండును.

5. కుహూనాడియొక్కయు, హస్తిజిహ్వా యను నాడియొక్కయు మధ్యభాగమునందు “విశ్వోదరానాడి” యుండును.

6. యశస్వినీ నాడియొక్కయు కుహూనాడియొక్కయు మధ్యభాగమునందు “వరుణానాడి” యుండును.

7. పూషానాడి యొక్కయు, సరస్వతీ నాడియొక్కయు మధ్యభాగమునందు “యశస్వినీనాడి” యుండును.

8. గాంధారినాడియొక్కయు, సరస్వతీనాడియొక్కయు మధ్యభాగమునందు “శంఖినీనాడి” యుండును.

9. నాభికందమునకు మధ్యభాగమునందు పాయు [గుదస్థానము] పర్యంతము “అలింబునయను” నాడి యుండును.

10. సుషుమ్నానాడియొక్కయు రాజానాడియొక్కయు పూర్వభాగమునందు క్రిందిభాగమునందును మైథాగమునందును దక్షిణ నాసికాంతమువఱకు కుహూనాడి యున్నది. ఇదానాడి కుడిముక్క చివరవఱకు ఆశ్రయించి యున్నది. యశస్వినీనాడి ఎడమపాదముయొక్క అంగుష్ఠము వఱకు ఉన్నది. పింగలానాడికి వెనుక ఎడమకన్నువఱకు ‘పూషానాడి’ యున్నది. పయస్వినీనాడి కుడిచెవిదనుక యుండును. సరస్వతీనాడి ఊర్ధ్వ

గతమయి జిహ్వస్థానము నాశ్రయించియుండును. హస్తజిహ్వనాడి ఎడమ పాదముయొక్క అంగుష్ఠేంతము దనుక ఆశ్రయించియుండును. శంఖనియనునాడి ఎడమచేవిఁజుకు ఆశ్రయించియుండును. గాంధారనాడి ఎడమకన్ను చిఁజుకు ఆశ్రయించియుండును. విశ్వోదరానాడి నాభికందముయొక్క మధ్యభాగమున ఆశ్రయించియుండును. దర్శనోపనిషత్తు.

పైన తెలిసిన నాడీశ్ఛానముచేత ఎవరెవరు ఏ రోగ నివారణకు ఏ నాదులయందు శ్రద్ధోయవలసినది తెలిసి ప్రవర్తించి ధన్యులగుదురుగాక. ఈ నాడికుద్దియొక్క సమాధి ఉత్కృట గళలుతెలుసుకొనగోరుచో దర్శనోపనిషత్తు మూలము చూడవగును.

—: వస్త్రధారణ :—

ఇప్పటికి ప్రాణాయామక్రియ నిర్వహణకుగాను వలయు స్థల, కాల, ఆహార, విహార, ఆసనసిద్ధి యత్యాది విషయము లనేకములను తెలిపియున్నాము. ఇప్పుడు ఏతత్కృత్య సమయమున చేయవగు వస్త్రధారణ, తీసుకొనవగు స్వల్పపానీయములు, ధ్యాన, మంత్రోచ్చారణలనుగూర్చి కొన్ని సంగతులు తెలుసుకొనుట క్షేమము. స్త్రీగాని, పురుషుడుగాని ఈ కృత్యమునకు దేహమందు ఎక్కువ వస్త్రధారణ చేయరాదు. దేహమునకు మంచి గాలి, సూర్యుని వేడి కిరణకాంతి బాగా తగులవలెను. స్త్రీ పురుషులు లిరువురును కటిఖండమును [కౌపీనము] ధరించుటచే శ్రేష్ఠము. స్త్రీల విషయములో మనకు ఇది వింతగా తోపవచ్చును. గాని, కన్నడిగులలో [Canares People] స్త్రీలకు కటిసూత్ర [మొలత్రాడు] ముందునని వాడుక. శిశువర్మములలో బాలబాలికల కిరువురుకును జాతకకర్మలలో కటి సూత్రధారణ గలదు. గాని దాని విస్తృతతంతు కానవచ్చుటలేదు.

అయ్యును మనలో స్త్రీలువిస్తరించుటయనాశ్చుంచుకొనుటయు జరుగుచున్నది. రోగిగానుండు స్త్రీలు తాత్కాలికముగనైన చీరలోపల కౌపీనధారణ విగుప్తుగా చేయుటచేత అంతాశయకుద్ది ప్రయోజనము కలదు. లేదా స్త్రీ, పురుషులు లిరువురును లంగోటి కట్టుకొనవచ్చును. స్త్రీలు వారి ఉచిత

మును బిగువుగా ముడికట్టి, కంచుకముమీద ఒక ఒడులుపాటి పల్చటి అంగరకాను [Bush-Coat లాటిది] వేసుకుని ఈ క్రియలను సల్పవచ్చును. పిమ్మట ఉదయమున ప్రాణాయామము ఎక్కువ ఫలహారములు తిని చేయరాదు. కారణాంతరమున నీరసముగా నున్నచో స్వల్ప ఫలహార పానీయము పుచ్చుకొన్న ఒక గంటకాలము పిమ్మటనే చేయవలెను. లేదా ఒక్క పానీయమునే [పాలు, సగ్గుపాయసము, కాఫీ, పండ్లరసము] పుచ్చుకొన్నచో కాల వ్యవధి ఎక్కువ లేకనే చేయవచ్చును. గాని ప్రాణాయామ మధ్యకాలమున ఏదియును తీసుకొనుట మంచిదికాదు అంత్యమున అరగంట పిమ్మట ఫలహార పానీయములు పుచ్చుకొనవచ్చును. కాఫీ, టీ అభ్యారము తగ్గించుకున్నను మానినను మంచిది. లేదా వాటియందు పంచదార వాడుకను మాని బెల్లమును వాడుట శ్రేష్ఠము. ఈ సలహా యిప్పటికీ పాతిక. ముప్పదిఏండ్లక్రిందట చెన్నపట్నములో సుప్రసిద్ధ పరిశోధక వైద్యశిఖామణి శ్రీ డాక్టరు గురుస్వామి మొదల్యారుగారు “కాఫీ, టీ విషము”లని ఒక పెద్ద ఉపన్యాస మిచ్చి దానిలో ఈ సలహాను కాఫీ పానీయములపై మనవి పూర్వకముగా వారి శ్రేయస్సునకే చెప్పుచున్నానని నుడివియున్నారు. మేమద్దానిని “హిందు” పత్రికలో చదివిననాటనుండి యును బెల్లమునే వాడుచు, ఎన్నిసార్లు [ఉబ్బసరోగ నివారణకు] త్రాగినను మధుమేహ బాధ్యము పాలుగాలేదని తెలుపుచున్నాము. మరియు ఈ బెల్లములో ఉన్న పులుపు జీర్ణకోశమును, కార్లకోశమును మందగించ నివ్వక ఆకలిని చెడగొట్టక కాఫీయొక్క ప్రయోజనమును మాత్రము పొందనిచ్చును. గనుకను ప్రాణాయామాభ్యాసకులు బెల్లమునే ఇండ్లలో వాడుచో కడు ఆరోగ్యకరమని తెలుసుకునేది.

—: ధ్యానము : మంత్రోచ్ఛారణ :—

ప్రాణాయామ కృత్యము చేయునప్పుడు సుఖారసమున కూర్చొని సర్వ మనోమయ శక్తితో మొరటనే అధిశ్య మండలాంతర్వర్తియగు ఆ నిర్గుణ పరబ్రహ్మక స్వరూపుడు శ్రీ సూర్యభగవానునే భావనచేసి,

ప్రాంజలి పట్టి “అరోగ్యం భాస్కరాద్యేక్” అని ధ్యానించి నమస్కరించి “సమస్తం తవర్చస, సకలం, సర్వం తవక్యపయేవ భగవన్” అని శరణాగతి చేయవలెను. ఈవిధముగా ఈ సమయమున చేయు ధ్యానము ప్రబల నిర్మల మనోధారణాత్మకముగా నుండవలయునేగాని వాచారంభణ పనికిరాదు. ఏవిధమైనస్తోత్ర, పఠనపాఠకాదులునుచేయక, నిశ్శబ్దనిర్మలాంతః కరణ విశుద్ధ దర్పణమందు భావనయగు ఆ జీవ-ప్రాణ-ఆనంద కారక విభూతియగు శ్రీ సూర్యనారాయణ మూర్తియందే సర్వ దేహ స్మారకము ఒక్క ఊణకాలమైనను అంతర్లీనమైన దివ్యసమాధిస్థితి ననుభవించవలెను. ఈ స్థితిలో తనలోనే హృదయాంతరాళమున “నీవారిశూక” పరమాణు స్థితిలో అంతర్వర్తిత మగుచున్న జగత్కారణ పరమపురుషయోగ ప్రాప్తి అనగా పరమాత్మ సంయమనస్థితిప్రాప్తిని సుషుమ్నముద్వారా తనలోనికి ప్రగఢ ఆగ్రహణ చేసుకున్నవాడై తను ముందుపక్రమించు కృత్యము నందు సిద్ధుడు కాగలగునని నమ్మకము కలిగియుండవలెను. ధ్యానానంతరము శిరిమివంచి శిరసా మనసా “ఓం, రాం, హ్రీం, శ్రీం హృణేః సూర్యాదిత్యోమ్ నమః” అని ద్వాదశాదిత్యుల పఠముగా ద్వాదశాక్షరీ సర్వకామ్యార్థసిద్ధి మంత్రమును ఒక్కమారు నెమ్మదిగా పఠించి నమస్కరించేది. పిమ్మట ప్రాణాయామము నియమిత కాలముచేస్తూ మధ్యకాలమున అప్పుడప్పుడు సూర్యనియందు మనోలగ్నము చేయుచు చివర మరల పైవిధముగనే గాఢముగ ధ్యానమాచేసి పిమ్మట మంత్రపఠనముగావించి సర్వమును భగవదార్పితముచేసి భగవదనుగ్రహ శరణ్యములను పొందవలెను.

ప్రాణాయామము చేయునప్పుడు తీసుకొనవలసిన
ఇతర జాగ్రతలు

ప్రాథమికలు ప్రాణాయామము చేయుటకు కొన్ని మెళకువలు గమనించవలెను. 1. ఈ క్రియ ఎత్తుబిల్లిమీదగాని, మంచముమీదగాని చేయుట ప్రమాదకరము. కళ్లు, ఒడలు తిరిగి క్రిందపడినచో తీవ్రమైన

దెబ్బ తగులును. 2. ప్రవర్తనములకుగాను వేశతప్పి ఈ క్రియ చేయ
కూడదు. 3. ఆహారము తీసుకున్న మూడు మొదలు అయిదుగంటల
పరిమితకాలములోపల ఈ క్రియ చేయరాదు. 4. కారణాంతరేణ విరేచన
ములు వెళ్ళేటప్పుడు నీరసముతో చేయరాదు. నీరసమును ఏదైన పానీయ,
అల్పాహారములచేత తగ్గించుకొని కుంభకము ఎక్కువగా ఆచరించక
సులభశ్వాస పూరకములతో చేయవలెను. 5. ఈ క్రియ చేయునప్పుడు
సంభాషణ పనికిరాదు. మధ్య మధ్యన మృత్రపలనములు పనికిరావు. 6. ఏ
కారణముచేతను నోటితో గాలిని పీల్చునుచూడు విధువనుచూడదు.
7. ఈ సాధన చేయునప్పుడు స్త్రీల మెడలలో హారములుండరాదు.
ఎచ్చటను బరువైన, బిగుతగు ఆభరణము లుండ కూడదు.
8. అభ్యాసముగాని క్రియలను ఆనక్తిపడి తొందరలో యత్నించి సై
స్థాయిలో చేయకూడదు. ప్రతి విషయము ప్రమవర్తతిగా [Systematic]ను,
మెట్టుమెట్టగా దీర్ఘసాధనమివలె వశము చేసుకొనవలెను. 9. మంచి గాలి
యగుకొని సుగంధద్రవ్యముల [ఊచవత్తులు, దళాంగులము, సాంధ్రాణి,
గుగ్గిలము యిత్యాదులు] పొగలలో, ఎక్కువ ఘటకు వాసనలలో ప్రాణా
యామము చేయరాదు. కేసలము పరిశుభ్రమైన గాలివాహికలో చేయుట
శ్రేష్ఠము, నిరపాయకరము. 10. చీకటి గదులలోను కండ్లమూసుకొని
చేయరాదు. 11. ఎలక్ట్రిక్కు పంపా [fan] వేసుకొని ఆ గాలిదబాటులో
చేయరాదు. 12. పుష్పకములలో దృశ్యములు చూచి అలవాటుగానివి,
క్రొత్తవి ప్రయత్నముమీర చేయరాదు. ఈ సాహసములో నాళ్ళు, నర
ములు పట్టుకుపోవచ్చును. 13. కంఠ-గ్రీవ సాధన ప్రథమములో మెడ
కండరములు నొప్పలని భయపడక ఓపికపట్టి మానకుండా చేయవలెను.
14. ఈ ప్రాణాయామాది క్రియలు చేయుచున్నను రోగులు వారి రుగ్మత
విషయములలో వైద్యసలహా సహాయము పొందవచ్చును. 15. ఈ క్రియలు
చేయువారు ఎక్కువ ఉపవాసములు చేయరాదు: గాని ఆహార సమయముతో
లముచుగా భుజించవలెను. రోగులు రుగ్మతకు వ్యతిరేకించుకొని తిన
కూడదు. 16. ప్రాణాయామముగాని, ఆసనములుగాని వేయునప్పుడు

మనస్సును పరధ్యానగతము చేయకూడదు: పరధ్యానము అశ్రద్ధక్రింద వచ్చును: ప్రాణాయామముగాని, ఆసనములుగాని వేయునప్పుడు మనో నుయ శ్రద్ధ (అనగా ధారణ) చేతనే ప్రత్యాహారముచేయుట సంభవించును. శ్రద్ధలేక పరధ్యాన కలిగినచో ప్రత్యాహారము చేయుట తప్పిపోయి చేయు చున్న కృత్యమంతయు వృధాయగును. శ్రద్ధ, ధారణ, ధ్యాన, ధ్యానములు భగవత్స్వరూపము:—

శ్లో. “సత్వానురూపా సర్వస్య శ్రద్ధాభవతి భారత:

శ్రద్ధామయోఽయం పురుషోయోయచ్ఛ్రద్ధస్య ఏవసః॥”

గీత అ 17 శ్లో. 3.

అట్టి భగవద్విభూతి శ్రద్ధాత్మక కృషి శక్తి ఆసాంతము ఫలించుటకుగాను ఈ కృత్యములు చేయునప్పుడు పరధ్యాన పనికిరాదు. మనస్సుయొక్క శ్రద్ధ సంకల్ప ధ్యాసలవేతనే కుంభకము చేయబడిన ఈశ్వర శక్తిరూపమగు ప్రాణవాయువు ఎచ్చట ఎంతకాలము చేరి, ప్రవర్తించవలసినది సాధ్యపడి యోగ అష్టాంగములలో ముఖ్యమైన ప్రత్యాహారము ఫలించి ఆచ్ఛటగల రోగము నశించును. 17. పగటినిద్ర ఒక గంటకు మించి పనికిరాదు. రాత్రిళ్ళు జాగారము చేయకూడదు. గృహస్తులు (రోగులు) ఈ సాధన కాలములో 6 మాసములవరకు పూర్ణ బ్రహ్మచర్యము తప్పకూడదు: పిమ్మటనుకూడ మితము తప్పకూడదు 18. పొగాకు పదార్థములు వాడుక మానవలెను: నశ్యము పీచుట, సిగరెట్లు త్రాగుట బొత్తుగా మానివేయ వలెను: చిట్టచివరకు నాటుపొగాకు చుట్టనైనను మితముగా రెండు మూడు మించక ఉపయోగించుకున్నను ఒకవిధముగా యుండును; గాని నశ్యము సిగరెట్లు పీచుట మానచో ఈ కృత్యములు ఫలించకపోగా వాటి విష దూశి, దూషములు ఊ॥ కోశములలోనికి, శిరోనాళికలలోకి చొచ్చుకుని వెళ్ళి హానియు కలుగును. 19. ప్రాణాయామములో ఆసనములు పూర్ణ కుంభకములో చేసినప్పుడు ఆసన మవ్యకాలమందుగాని, అంతమునగాని ఏమాత్రము అలసనగాయున్నను వెంటనే ఒక నాసికను మూసి రెండవ

పరార్థముగదచి ద్వితీయ పరార్థములో ఉన్నామని సంధ్యావందనము చెప్పుచున్నది. ఈ వంతున ఎన్ని పరార్థములో గదచి ఆ పరమాత్మ తన సృష్టి సంకల్ప విరమణయొనర్చి వటపత్రశాయియై విశ్రాంతి నొందుచుండునోగదా! అంతవరకు ఈ ఆర్యసంప్రదాయమగు సంధ్యావందన—ప్రాణాయామయోగానుష్ఠానము జరుగుటయు తద్యమేగదా! గనుకను ప్రాజ్ఞులెల్లరును ఈ ప్రాణాయామ యోగ ప్రాచీన. ప్రాశస్త్యోప యోగముల శ్రేష్ఠతను అనుమానించిక, ప్రశ్నించక, నిర్లక్షించక తిరాలములందును (రోజుకు కనీసము 3 మారులు) తదవకు 2||ప్రా||యా||వంతున) ఇదేసంధ్యావందనముగా భావించి యాచరించి దాని స్రుతిఫలమును పొందుదురుగాక!

—: ప్రాణాయామము :—

ఓం హ్రం. హ్రీం. హ్రూం, హ్రైం, హ్రౌం. హ్రః. ఓం ఓం ఓం.

“ఓం ఘృణః సర్వయత్ని సఫలీకృతాయ” నమః

ఓం హ్రం. హ్రీం. హ్రూం, హ్రైం, హ్రౌం, హ్రః ఓంఓంఓం.

పై మంత్రముతో శ్రీ సూర్యభగవానుని స్మరించి, నమస్కరించి ప్రాణాయామకృషిని ఆరంభించేది. ప్రారంభమున ప్రాణాయామము కూర్చొనియే చేయవలెను ఆసనములలో నిలుచునికూడా చేయవలసియుండిన చేయవచ్చును. ఈ కృషి 3 ఆసనములలో 2 ముద్రలలో మొత్తము $\frac{1}{2}$ గంట కాలములో చేయనగును.

సుఖాసనము [మొదటి ఆసనము]

మొదట ప్రక్క దృశ్యములలో 1 వ|| పటముననున్నట్లు సుఖాసనములో కూర్చొని శ్రీ సూర్యభగవానునికి నమస్కరించవలెను.

ఇందు ప్రథమమున కుడికాలును మడిచి దాని పాదము ఎడమకాలి తొడ లోభాగపు కండరమునకు ఆన్ని పెట్టుము. దీని మడమ ఎడమవైపు గజ్జరో [ఎడమ తొడ, సుఖాంగమునకు మధ్య] “సీవనీ” నాడికి ఆన్ని పెట్టుము. అరీతిగనే ఎడమకాలు మడిచి వైనుంచి కుడివైపున గజ్జరో “సీవనీ” నాడికి ఆన్ని పెట్టుము. ముద్దినరములను లోనికి బిగపట్టి బాగా కుంటుమీద కూర్చునేది. పిమ్మట శ్రీ సూర్యుని తలచి నమస్కరించి,

గ్రేటో యా సన పు లు

1. సుఖాసనము



1వ దృశ్యము



2వ దృశ్యము

అంజలిపట్టి “అరోగ్యమిచ్ఛేద్భాస్కరః” యని ప్రార్థించేది. పిమ్మట రెండు చేతులు మోరాళ్ళమీద చిన్నుర చూపుచు ఉంచేది. ఇట్లు తల వెనుక భాగము, వెన్ను, తుంటి మధ్యపాస ఒక్కే లైనుగా నుండునట్లు నిశాచరుగా కూర్చొనవలెను. ఇట్లు సంకల్పస్థితికై అష్టాక్షరిగాని, చ్చాక్షరిగాని ఏదైన ఒక సూర్యమంత్ర నిమగ్నమానసముగ రెండుమాడు నిమిషములుండి పిమ్మట ప్రాణాయామము చేయవచ్చును.


కొందరు పద్మాసనము మంచిదనుట విందురు. ఆ మాటలు శుష్కమని యిదివరలో వ్రాసినాము. ఎవరు ప్రాణాయామము సులభముగా పీ ఆసనములో క్క గంభికాలమైనను కూర్చొనగలిగినదే వారికి అది తగిన ఆసనమని ఎంచవలెను. పద్మాసనమునకు ప్రత్యేకత ఏమిలేదు. శ్రీలకు, రోగులకు, బలహీనులకు, వృద్ధులకు సుఖాననమే సర్వశ్రేయస్కరము.

—: ప్రాణాయామ క్రియ :—

ప్రక్కపటములలో 2వ||దృశ్యములోవలె కుడి బొటనవ్రేలితో కుడి నాసికను మూసి 5 మాత్రలకాలములో [ఇదానాదీ] ఆనగా ఎకమనాసికతో లోపలిగాలిని బయటకు రేచకముచేయవలెను చూపుచున్న పైకి చూపుచుండునట్లుంచుట మంచిది. పిమ్మట అనామికవ్రేలితో ఎకమనాసికను మూసి కుడినాసిక తెరిచి పింగళనాడిగుండా గాని లోపలికి నెమ్మదిగా 5 లేక 8 మాత్రలకాలమువరకు పూరించి అస్థితిలో 8 లేక 10, 12 లేక 15 మాత్రలకాలమువరకు శక్తినిబట్టి కుంభించి [బిగపట్టి] యుంచవలెను. [ఇవి రేచక, పూరక, కుంభకములందురు.] కుంభించినప్పుడు రెండు నాసికలను బొటన, అనామికవ్రేళ్ళతో మూయవలెను. కొంచు ఒక నాసిక తెరిచియుంచి కుంభకము చేయుదురు. గాని రెండునాసికలు మూసి కుంభకము అభ్యాసముచేయుటే క్రమపద్ధతి. ఇప్పుడు ఎకమనాసికను తెరిచి 5 లేక 5 మాత్రలకాలములోగాని లేక నెమ్మదిగా 5 లేక 8 మాత్రల కాలములోగాని రేచకము చేయవలెను. ఇప్పుటికి ఒక్కమారు ప్రాణాయామము చేయుటైనదని గ్రహించవలెను.

పిమ్మట మరల ఈ ఎడమరాశికద్వారా ఇడానాడిగుండానే గా
పై మాత్రలకాలములో నెమ్మదిగా పూరించి, దానిని మూసి, పూరిం
గాలిని కుంభకము (యిదివరలోవలెనే) చేయవలెను. అనంతరము ఒక
కుడినాశికను తెరచి పింగళనాడిగుండా కుంభించిన గాలిని రేచక,
చేయవలెను. ఇప్పుడు రెండవ ప్రాణాయామమైనది. మాత్రలకాలముపై
చెప్పిన వ్యవధియే యుంచుకొనవచ్చును. ప్రారంభకులు, బలహీను
రేచక, పూరక, కుంభకములను పై కాలములో సగము కాలములో
చేర్చు మాత్రలకాలమును రెండురెట్లకు క్రమముగా 3 నెలలలో హెచ్చి
కొనవలెను. పై ప్రకారముగా ఒక్కొక్కచేతితో 2 నాశికలు మూర్ఛ
తెరుస్తూ తడవకు 12 ప్రాణాయామములు చేస్తే 24 ప్రా॥ కలసి ఒక
ఆవర్తనమగును.

ఒక్క ఆవర్తనము చేసి చేతిని మార్చుకొనవలెను. ఈ ప్రక
రముగ చేస్తూ మూడు నాలుగుమాసముల ఆశ్రయన లేక 6 మాసములకై
4 లేక 6 ఆవర్తనములు ప్రా॥మము 30 మాత్రలకాలముసేపు కుం
భకము చెయ్యగలిగితే ప్రా॥మము, కుంభకములు బాగా అభ్యాసము చే
చారగుదురు. కృషియు బాగా లాభకరమగును. మంచి ఆరోగ్యవంతు
60 మాత్రలకాలము కుంభకము చేసేవారున్నారు. అంతకన్న హెచ్చి
చేయువారు చిన్నతనమునుండి యోగులై అధ్యాత్మిక, విరాగ, తాత్విక ల
గతులకు చెందినవారు.

 1 మాత్రలకాలమనగా రెండు చిత్రికలువేయగల కాలము. ఇది 1
యారములో 1 సెకండుకు సరిపోవును. రేచక, పూరక, కుం
భకములు బాగా, సమకాలములలోకూడ చేయుచో, క్రమ-ప్రా
యోమమగును. ఒక్కొక్క ఆవర్తనము చేసిగాని, మధ్యమధ
గాని శిర-గ్రీవ సాధనములు 8-10 సెకండ్లు చేయుచుండవలె
ఈ సుఖాసనములో 10 నిమిషములు ప్రాణాయామముచే
వచ్చును.

జ-జా-నూర్వాసనము. [రెండవ ఆసనము]

[జంఘ-జాను-ఊరువుల ఆసనము]

జంఘములు = పిక్కలు, జానువులు = మోకళ్ళు, ఊరువులు = తొడలు, గుల్పుములు = మడమలు.

ప్రక్క పటములో 1వ|| దృశ్యము ప్రాణాయామసనములలో రెండవది. ఇది జంఘ-జాను-ఊర్వి-గుల్పు సమష్టాసనము: జ-జా-నూర్వాసనమని పేరిడబడినది. సుఖాసనమునుండి సుఖముగా దీనిని వేయవచ్చును. మొరట ఎడమకాలును ముడుచుకుని కూర్చుని (అప్పుడు ఎడమపాదము కుడితుంటిదగ్గర ప్రక్కకుండును) కుడికాలును ముడిచి ఎడమతొడ మీదుగా పాదము-మడమ ఎడమతుంటిదగ్గరపెట్టి కూర్చునేది. బాగా సవరించుకుని ముందు ఆసనములో స్థిమితముగ కూర్చునేది. శరీరము నితారుగా నుంచవలెను. ముడ్డిసరములు లోపలికి బాగా ఎగవట్టి తుంట్లమీద బాగా కూర్చొనవలెను.

—: ప్రాణాయామక్రియ :—

మొరట సుఖాసనములోవలెనే శ్రీ సూర్యభగవానునికి నమస్కరించి, ఏదైన ఒక మంత్రధ్యానముచేసి “అరోగ్యం భాస్కరాదిచ్ఛేత్” అంజలిపట్టి ఆర్చిచేసేది. పిమ్మట కుడిచేతితో ప్రాణాయామము ప్రారంభించేది. ఇట్లు ప్రాణాయామము మొరలిడునప్పుడు ఎడమచేతిని సూటిగా కుడిమోకాలుమీద (పటములోవలె) అనిపెట్టవలెను. ఈ విధముగా 5 నిమిషములు, కాళ్ళుమార్చి ఎడమమోకాలుపైన పెట్టి 5 నిమిషములు మొత్తము 10 నిమిషములు ప్రాణాయామము సుఖాసనములో చేసినవిధముగా తగుమాత్రకాలములో రే-పూ-కుంభకములతో చేసేది. మధ్యమధ్య అప్పటివలెనే 10 సెకండ్లు శిర-గ్రీవ సాధనలు చేసేది, ఈ ఆసనమును సుఖాసనములవలెనే స్త్రీలుకూడ సునాయాసముగ వేయగలుగుదురు. ఈ రెండాసనములు 5 నెలల గర్భిణీలుకూడ సులభశ్వాస, సులభ

కుంభకములలో వేయతగును. వీటివలన తల్లినుండి శిశువునకు జీర్ణరోగ సంక్రమణము (Congenital diseases). దుర్బలప్రేమ కర్ణదోషములు రాకపోవచ్చును. 3 మాసములకు మించిన గర్భిణులమాత్రము చేయరాదు.

ఇప్పటికి రెండు ఆననములు వేయడమైనది. కాళ్లు, కీళ్లు, ప్రేళ్ళు నొప్పులుగా నుండవచ్చును. వీటిని సడలించుటకు పటములో 2వ॥ దృశ్య సాధన మివ్వబడినది. ఇందు ప్రాణాయామము చేయుటలేదు. రెండు కాళ్ళను ముందుకు చాచి, కాళ్ళ బొటనప్రేళ్ళను కలిపియుంచి ముందుకు, వెనకకు పాదములను సాధనచేయవలెను. తొడలు, పిక్కలు నేలను ఆనవలెను. మొదట ఆనని యడల సాధనమీద ఆనుట జరుగవలెను. సులభ శ్వాస, సులభ కుంభకములలో ఒక్కొక్క మోదాలు తొడవద్దకు ముడుచుట, పిమ్మట రెండుకాళ్ళు ఒక్కేసారి ముడుచుట సాధనచేయవలెను. రెండుకాళ్ళను ప్రక్కలకు చేయగలిగినంత ఎడము చేయుట, యధాస్థానముకు తెచ్చుట చేయవచ్చును. చేతులు నమస్కారమును విడవకూడదు. పిడికిళ్ళపట్టి ముందుకు వెనక్కు శరీర ప్రక్కల నానుకుని వ్యాకోచ సంకోచసాధన, ఆ నమస్కారమును శరీరము ముందుకువంచి వెన్ను వెనుక వైపున పెట్టుట సాధనచేయవలెను. అట్లే ఆ నమస్కారమును కీచాచి శిరముపైన చూపుట, అటనుంచి చేతులను ప్రక్కలకు దింపి, పిడికిళ్ళు పట్టి భుజములమీదకు తెచ్చుచు వ్యాకోచసంకోచములు చేయు సాధనలు చేయవచ్చును.

మరియు. నమస్కారముచేతులను పైకి ఎత్తి నడుము వెనక్కు వంచి నెమ్మదిగా వెల్లికితల శయనించునటుల సాంతముగా పరుండి నమస్కారపు చేతులను తలవెనక్కు సాంతముగా జాచి చూపెట్టువలెను. మరల యధాస్థానమునకు కాళ్ళు ఎత్తకుండా లేవవలెను. ఇట్లు మూడు నాలుగుమార్లు చేయవచ్చును.

తుదినమస్కారముచేసి సుఖాననములోనికి రావచ్చును. ఈ సాధనలు వాతనొప్పులు, కీళ్ళనొప్పులు (Romatic pains of muscles and joints)

ప్రౌఢో యా మో స న ము లు

2. జి-జో-నూర్వాసనము



1వ దృశ్యము



2వ దృశ్యము

సముసును. వెన్నుదండములో నొప్పులు సముసును. నడుముల నొప్పులు సముసును. నరముల కులలు [Sciatic pains] సముసును. త్రిలకు చివర నమస్తారసాధనలో గర్భాశయరోగములు సముసును. త్రిలకు ఇది యోగాసనములలో భుజంగాసనమువలె పనిచేయును. సూరికాయలకు వాతము తీయును. ఈ సాధనలు ప్రాచీనములు పూర్వశ్వాస, పూర్వ కుంభ కములలోకూడ చేసినచో కొన్ని అసనములు వేసినంత ప్రయోజనము కలుగును.



సులభశ్వాస, సులభకుంభకములనగా మామగాయగా శ్వాసక్రియ అట్లే కొద్దికాలము అనగా అలసట రాకుండా కుంభకము చేయుట. పూర్వశ్వాస కుంభకములనగా ప్రాచీనములలోపల క్రమపద్ధతిలో శక్తివంతముగా చేయుట. ఈ సాధనలన్ని ప్రతి నిత్యము చెయ్యవలసని చెప్పుటలేదు. ఏ విషయము విధిచేసి వారువారు అవసరమనుకున్నవారినే చేయవచ్చును. పేము చెప్పినవేగాక వారివారికి తోచిన సాధనలుయందు చేయవలసివి కూడా చేసుకొనవచ్చును.



మకుటాసనము [మూడవ ఆసనము]

ఈ ఆసనము ప్రాణాయామఃస్థితికి మాచేత కల్పితమైనదిగా తెలియవలెను. సుఖాసనమునుండి పటములో 1వ దృశ్యములోవలె గొంతుక కూర్చుని నమస్కారమును మోకాళ్ళమీద ఆన్చి పెట్టేది. మామూలుగా ఒక మంత్రస్మరణ, ధ్యానముచేసి ప్రాణాయామము చేయవలెను. మధ్యమధ్యన పూర్ణకుంభకములో తలను 2వ దృశ్యములోవలె వంచి లలాటమును మోకాళ్ళకు ఆన్చి పెట్టి మూత్రపిండముల చేర్లను [నరములను] హృదయకోశముచేర్లను పైకి ఎగలాగవలెను. పిమ్మట లలాటమును ఎత్తి నెమ్మదిగా రేచకము చేయవలెను. పిమ్మట మరల పూరకముచేసి ఒకటవ దృశ్యములోవలెకుంకి ప్రాణాయామములు చేయవలెను. ఇటుల 5 లేక 6 నిమిషములు ప్రాణాయామములు హృదయమును, మూత్రపిండములచేర్లను ఎగలాగుచున్న చేయవలెను. పిమ్మట మొదటిదృశ్యములోవలె కూర్చుని పూర్ణశ్వాస కుంభకములు చేస్తూ శరీరమును [అనగా మెడ-నడుములకు మధ్యభాగమును] ప్రక్కలకు, పైకి క్రిందికి బాగా కుదించుచు ఊపవలెను. ఇట్లు చేయుటలో కుంభించిన గాలి ఊపిరితిత్తులలో అంతర్భాగములకు పుపురువులను తెరుచుకుని చొచ్చుకునిపోయి శ్వాసకోశములను యిరువైపులకు విస్తరింపజేయగలుగును. శ్వాసకోశములోపలి పొరలలో శిథిలమైర మాంస, చీమిడి కణములను మూత్రపిండ గ్రంథులలోగల శిథిల కణములను బయటికి నెట్టివేసి అందలి జీవకణములను పుష్టికరము చేయును. హృదయకోశమును, శ్వాససీచ్ఛి నాళములను, మూత్రపిండములను దిగజారనివ్వక వాటి యధాస్థానములలో బలపరచును. కుంభించిన గాలిని నెమ్మదిగా రేచకము చేయవలెను. ఇప్పుడు మరల కొన్ని ప్రాణాయామములు మొదటిదృశ్యములో నున్నట్లు కూర్చుని చేయవలెను. మొత్తము ఈ ఆసనములో 10 నిమిషములు ప్రాణాయామ కుంభకములు చేయవలెను. ఈ ఆసనములో నున్నప్పుడు ఒకటి రెండుమార్లు అవసరమునుబట్టి శిర-గ్రీవసాధనలు చేసినను చెయ్యవచ్చును.

గ్రో యో హో స న హు లు

3. ముక్కుటాసనము



1వ దృశ్యము



2వ దృశ్యము

గ్రామీణులకు సహజమైనది

4. శిర-గ్రీవ సాధనము



1వ దృశ్యము

2వ దృశ్యము

—: శిర — గ్రీవ సాధనాసనము :—

ఇందు వ్రాసిన ప్రాణాయామ అచరణవిధానములో శిర-గ్రీవ నాడి మండల సాధనము చేయు సలహా యివ్వబడినది. వాటిని అచరింపు విధములను ప్రక్కనున్న దృశ్యములద్వారా సులభముగా గ్రహించవచ్చును. ఈ సాధన యోగాసనములలో శీర్షాసనమంతపనిచేయగలిగి ఆ శీర్షాసనములు పెయ్యలేదను కినుకను పోగొట్టును.

1. ప్రక్కపటములో 1టను॥ దృశ్యములోవలె సుఖాసనములో కూర్చొని మెడను వెనక్కువంచియుంచి ముఖమును కడి ఎడమప్రక్కలకు సాధనగా నెమ్మదిగా త్రిప్పవలెను. $\frac{1}{2}$ ని॥ముఅటులచేసేది. 2. పిమ్మట మెడను నిలువున సరిగ్గాయుంచి మరల $\frac{1}{2}$ ని॥ము కడి ఎడమప్రక్కలకు త్రిప్పవలెను. 3. ఇప్పుడు మెడను రెండవదృశ్యములోవలె ముందుకు వంచి యిదివరలోవలెనే ప్రక్కలకు $\frac{1}{2}$ ని॥ము త్రిప్పవచ్చును.

పైవిధముగా మెడసాధన మూడువిధములుగా చేయవచ్చును. ప్రతి సాధన అనంతరము నోటిని కొద్దిగా తెరచి నోటిగుండా గాలిని ఏమాత్రము విడవకుండాయుండవలెను దవడలను పైకి, క్రిందికిని, ప్రక్కలకును ఆపింపును కణతలు బిగువుగా నుండుటను, తలకిమ్మును సడలించుండవలెను. ఈ సాధనలు ఇందులో ఇకముందు చెయ్యబోవు శీర్షాసనములకు సుఖపును కలిగించును దేహమధ్యభాగములోని రక్తపోటును [Blood Pressure] తగ్గింపుటయేగాక శిరస్సులోభాగములలోనికి రక్తమునుపంపి ప్రసారముచేసి వాటిని శుద్ధిచేసి, బలపర్చును. మెడను, శిరస్సును కలుపు 101 ముఖ్యనాడులను, అందలి అంతర్గత నాడులను ఇడ-పింగళ-సుషుమ్న నాడులను ఉద్దేశపరచి స్పృహముచేయును. శిరస్సులో మధ్యనాడి కందమును [Principal Nerve Centre Medulla Oblongata] దాని నాశ్రయింపుకున్న జ్ఞానేంద్రియ నర-కండర కందములను [Sensory Centres]ను రెండు మేధాల నరములను [Two Brains' Nerves] బలపరచి వాటిపనిని [Functions] బాగా నిర్వహించునటుల చేయగలు

గును. దంతములపైకండరములను, పైచిగుళ్ళను బిగువుచేసి, శుద్ధిచేసి, పళ్ళు రాలటను కడులుటను, పిప్పిపోటులను నివారించును. దంతములు ఊడుట ఆయుః ప్రమాణము దగ్గరకు వచ్చినదనుటకు సూచన.

“దంతంబులుడుచునంచు చింతిపుట్టకమున్నె” భగవద్చింతన చేయమని చెప్పిన సద్వాక్యములను మీరు “ఆంధ్ర వాల్మీకి రామాయణములో చదివినట్లుండురు. గనుక ఈ సాధనలు దంతపుష్టి నిచ్చుచు ఆయుః ప్రమాణము సరిగా నుంచుటయేగాక, పెంచనుకూడ పెంచుటకు సమర్థములన్న ఆతిశయోక్తిగాదు. దవడల పొరలలోను, దవడల [Jaws] అడుగున, కంఠములోనుగల గ్రంధుల [Thyroid and Saliva Glands Vocal chords] మాంద్యమును పోగొట్టిమృదుకుగా పనిచేయుచును, గళము యొక్క శబ్దబోపములను సవరించును. కన్ను, చెవి, నాలుక, నాశిలలోగల స్వల్పరోగములను దుర్బలములను తీసివేయును. చిరునాలుకను సాగనివ్వక క్రమములో నుంచును. *

దీర్ఘశ్వాస ప్రాణాయామము : అంతర్బాహ్య కుంభకములు.

ఈ ప్రాణాయామ విధానము రోగులైనవారు, దుష్పలులు మూడు మాసములైనను సాధారణ ప్రాణాయామమును 20 లేక, 30 మాత్రలకాలము కుంభకము చేయగలుగు స్థితి వచ్చినపిమ్మటనే అవలంబన చేయవలెను. ఆ గడువులోపల యత్నించుట క్షేమముకాదు. సకాలములో, శక్తివంతులు ఈ సాధననే ప్రతిదినము కొన్నిపర్యాయములు చేయుచో యోగశాస్త్ర స్రోక్తమైనకపాలబాతి, భృత్రిక, న్రామరి, ఉద్యాణి, ఉజ్జాయి ఇత్యాదిదీర్ఘశ్వాస ప్రక్రియల శక్తులనుకూడ క్రిమేణ సాధించుకున్నవారగుదురు. గాని ఈ ఆభ్యాసములు ప్రతివారికి అవసరములేదు. నిత్యారోగ్య సంపాదనకృషికిని అగత్యములేదు. గాని కొందరు బాగా ఆరోగ్యవంతులైనవారు సాధారణ

* యీ సాధన తైరాయివ్ గ్రంథిని ఉద్వేగపరచుటలో స్త్రీలలో నిస్సంతానతకుగల కారణములు తిగ్గును. యీ సాధన నిస్సంతానులగు స్త్రీలు శ్రద్ధగా చేసేది.

స్థితిని దాటి సర్కస్ పట్లు మోస్తరుచి చేయుటకు, దీర్ఘ దూరములు, ప్రవాహములు, వరదలు ఈత పందెములు వేయుటకు, ఆసాధారణ బరువులు ఎత్తుటకు, కుస్తీలు చేయువారలు ఈ క్రియను బాగా అవలంబించవచ్చును.

అంతర్కుంభకము:—ఈ ప్రాము ప్రక్రియలో నాశికలు వ్రేళ్ళతో మూయడము, తెరువడము ఉండక రెండు నాశికలు ఉన్న యధాప్రకారము గానే పూ॥ రే॥ కుంభకములు చేయుదురు. రెండు నాశికలతో ఒక్కేమారు దీర్ఘముగా శక్తివంతముగ గాలిని పూరించి, అట్లే కుంభకము చేయుట గురు. కుంభించిన గాలిని నెమ్మదిగా రేచకమున్ను చేయబడును. ఇందు మాత్రకాలములు చాలా హెచ్చుస్థాయిలో సాధారణకాలములకు మూడు నాలుగు రెట్లవరకు పెంచుదురు. ఇందు కుంభకము ఎక్కువకాలము చేయగలుగుటే లక్ష్యము.

—: బాహ్య కుంభకము :—

ఇంతవరకు చెప్పుచున్న కుంభకము గాలిని లోపలికి పీల్చి బిగ పట్టువిధానము. ఇదిగాకను కుంభకములో రెండవవిధానము బాహ్య కుంభకము: అనగా గాలిని సాంతముగా బయటకు రేచకముచేసి ఆస్థితిలోనే (అనగా మరల కొంతకాలము గాలిని లోపలికి ఏమాత్రము రానివ్వకుండుట) ఉండి పోవుట బాహ్యకుంభక మందురు. ఈ అభ్యాసము రోగులకు మామూలుస్థితి ఆరోగ్యవంతులకు, మనోదుర్బలకు, అబ్రహ్మచర్యులకు, స్త్రీలకు, పిల్లలకు చాల అపాయకరము. ప్రాణహానియుగూఢ కలిగిన కలుగవచ్చును. గురుక ఎవరున్ను అజాగ్రత్తగ, మనో దుర్వ్యసనవ్యాసంగముతో చేయదగినదికాదు. గాని ఎవరైనను స్త్రీలు, పిల్లలు, వృద్ధులు, రోగులు కానివారు అభ్యాసములో పెట్టుటకు యత్నించవచ్చును. గురు సాన్నిధ్యములోగానియిందు ఉచ్చదశక్రియలు చేయకూడదు. సాధారణులు ఈ బాహ్యకుంభకము 5 మాత్రలకాలము దగ్గరనుంచినాని, అంతకులోపల కాలముతో ప్రారంభించి అభ్యసించవలెను. ఇది చేయునప్పుడు తనలో తన

మనస్సు ఆ క్రియయందు లక్ష్మ్య-కేంద్రీకరణమై పట్టువిడుపులు జాగరూక తతో చేసుకొనవలెను. ఈ విషయములు తెలుపకుండుటకంటె అందరికి తెలియుటయే క్షేమమని, చేయగలిగినచో మంచిదని వ్రాయడమైనది.

ఈ దీర్ఘశ్వాస ప్రాణాయామము చేయడము అంతర్గుంభకము తోపే సరిపెట్టుకొనుచు అందరు చేయవలసినదిగా మా సలహా. దీర్ఘ కుంభకములో అపాయములేదు. గాని రేచకముచేయునప్పుడు అలసట వచ్చి అంతగాలి ఒక్కసారిగా రేచకము గావచ్చును. దీర్ఘ కుంభకముతో దాదాపు సమకాలరేచకము అలవాటగువరకు అప్పుడుమటుకు వ్రేళ్ళతో ఒక నాసిక పిమ్మట రెండవ నాసికను మూసి రేచకము చేసుకొనవచ్చును. పూరకములో ఈ ఒక్కలు ఏమిలేవు. ఎంత నెమ్మదిగా పీల్చగలిగితే అటునే పూరకము చేయవచ్చును. పూరకము చేయుటకు వ్రేళ్ళు ఉపయోగించక రెండు నాసికలు తెరచియుంచి స్వేచ్ఛగా యథాశక్తివంతముగ చేసేది. ఈ దీర్ఘశ్వాస ప్రాణాయామము మామూలుగా నడిచునప్పుడు, ప్రశాంతముగా కూర్చొని విశ్రాంతి తీసుకునేటప్పుడు చేయవచ్చును.

ఈ దీర్ఘశ్వాస-కుంభక ప్రాణాయామమువల్ల వక్షస్థలము విశాలమై, ఊపిరితిత్తులు పెద్దవిగా పెరుగుచు పుష్టి కలిగియుండును. దీనివల్ల ఎక్కువగా రక్తకుద్ధి జరుగును. అగ్నిహృంద్యము ఒదులును. క్షయరోగ సూచకములు ప్రవేశించవు; ఉన్నచో నశించును. నిశ్కాకలు శమించును. అడినాయిడ్సు నశించును. హృదయకోశము బలపడి హృద్రోగములు శమించును. దైనందిక నిత్య ప్రాణాయామముచేయు సమయములలో ఈ సాధన 5 నిమిషములకు మించనికాలమువరకే చేయుట చాలును.

ప్రాణాయామములో శ్రీ చంద్ర, సూర్య ముద్రలు.

శ్రీ సూర్యచంద్రులు ప్రకృతిలో ఉష్ణతలోత్పత్తికు కారకులు. దేహులలో కూడ వారి స్వభావాంశములు ఒక నిష్పత్తిలో ప్రత్యక్ష ప్రమాణమున పనిచేస్తు ప్రాణములను కాపాడును. ఆ నిష్పత్తి అల్ప, అధికత మములైనచో ప్రాణములకే తావుండదు. ఆ నిష్పత్తి ప్రాణప్రదముగ నుండుటకు ఆ గ్రహాధిపతుల ప్రోత్సాహ మవసరము. వారి ప్రత్యామ్నాయ ములగు ఇద్ర, పింగళ నాడులు సమసౌఖ్యస్థితిలో పనిచేయుచు మనల నింత వరకు కాపాడుచున్నందుల కెంతయు కృతజ్ఞతాపూర్వక వందనము లిడుట మానవకర్తవ్యముగాన దివ, నిశీధిపతులగు శ్రీ సూర్యచంద్రులకు నమస్కరంచుటకుగాను ప్రా॥మ॥విధిలో ఈ సూర్యచంద్రముద్ర లివ్వబడినవి:—

—: శ్రీ చంద్రముద్ర :—

ప్రక్క పటములో 1వ॥వృత్తములోవలె ఈ ముద్ర ప్రకటన మగు చున్నది. మొదట సుఖాసనములో :

శ్లో. “జటాధర శిరోరత్నం । శ్వేతవర్ణం సుధాబ్జిజం ।

ధ్యాయేత్వం లక్ష్మీభారం । సర్వకామ్య ఫలప్రదమ్॥ ”

యని శ్రీ చంద్రుని ధ్యానించి నమస్కరించేది. పిమ్మట నమస్కారపు చేతులను క్రిందికి జూచి సుఖాసనములో రెండుమోకాళ్లు కలియుచోట చూప వలెను. అనంతరము మోకాటి చిప్పలను నేలన అన్ని దేహమధ్యమును ముందుకువంచి మోచేతులను మోకాటి చిప్పలకు అన్ని నమస్కారమును నేలమీద ముందున పెట్టవలెను. వెనుక పాదములను ఒకదానిమీద నొకటి అడ్డముగా పెట్టి గుల్పుయిలను. కాళ్ళ ప్రేళ్ళను నేలకు తాకినవ్వక ఎత్తి పట్టియుంచవలెను. ఈ స్థితిలో దేహపురుషు మోకాళ్ళచిప్పలమీద, నమస్కారముచూపుచున్న చేతులమీద అనియుండును. ఇప్పుడు తలను వంచి పటములోవలె నమస్కారము పైన చూపుచుగాని. లేక మెడను వెనుక్కు కొద్దిగా విరచి లోదృష్టిని పైకి (కన్నులు మూసుకుని) సారించిగాని చంద్రుని ముద్ర పేయవలెను. ఈ ఆసనము పేయనప్పుడు దీర్ఘశ్వాస

కుంభకములలో చేయవలెను. అనగా నెమ్మదిగా పీల్చగలిగినంత గాలిలోనికి పీల్చి అంతకాలముగాని అభ్యాసమున అనగా ఎక్కువకాలముగాని కుంభకముచేసి పిమ్మట నెమ్మదిగా రేచకము (సమకాలములోగాని లేక కొంచెము తక్కువకాలములోగాని) చేయవలెను. ఈ ఆసనములో $\frac{1}{2}$ నిమిషము లేక 1 నిమిషము లేక 2 నిమిషములు ఉండి ఆటలనే సుఖాసనములోనికి లేచి కూర్చుని నమస్కరించేది. ఇట్లు ఈ ఆసనము రెండు షాడుమార్లు వేయవచ్చును. అఖరున సుఖాసనములో మామూలు పూర్ణ శ్వాస కుంభక ప్రాణాయామములు నాలుగైదుమార్లుచేసి విరమించవచ్చును. ఈ ఆసనము వేయుట 5 నిమిషములకాలములో ముగించవలెను. ఈ ఆసనము హృదయమును, మాత్రపిండములను యధాస్థానమున స్థిరీకరించు వాటి స్నాయువులను బలపర్చును. వాన, శీతకాలములలో ఊదా ఎలెక్ట్రిక్ లైటుక్రిందగాని లేక మామూలు ఎండలోగాని వేయనెడల వీపులోభాగములో పైగానున్న ఊపిరితిత్తులలో జీవాణువులు గాలిగూళ్ళు కుట్రపడి వాటి శిథిలమును తగ్గించి ప్రాణవాయువును ఎక్కువ ఆగ్రహణ చేయించును. జలుబుకు, శ్వాసకాసలకు, నడుములో కూలలకు ఉపశమనమునిచ్చును.

—: శ్రీ సూర్య ముద్ర :—

ఇందు పటములో 2వ|| దృశ్యములోవలె ఈ ముద్ర ప్రకటన మగుచున్నది. మొదట సుఖాసనములో :—

శ్లో. ధ్యామేత్సూర్యం కోటికిరణం తేజోమయం ఓం శివమ్ ।

భాస్కరం భక్తానామభయవ్రదం శుభం శంకరమ్॥.

యని శ్రీ సూర్యుని ధ్యానించి నమస్కరించేది. పిమ్మట సుఖాసనమునుండి జ-జా-సూర్యాసనము వేసి శిరస్సుమీద రెండుచేతులతో నమస్కారము చేసేది. ఇప్పుడు సులభశ్వాసకుంభకములలో వక్షస్థలము పూరించి ముందుకును నడిచి వెనక్కును కుమ్మి నితారుగా ఆసనములో నుండవలెను. పిమ్మట శిరస్సుననున్న నమస్కారముచేతులను ఘుండుకు చాచి చూపించి అనంతరము ముందుకువంగి ఆ చేతులను వీపు వెనక్కుతెచ్చి వెన్నుకపైగా

గ్రామీణుల సామాన్య జీవితము

5. తీ చంద్ర, సూర్య ముద్రలు



1వ దృశ్యము



2వ దృశ్యము

నమస్కరించవలెను. ఇట్లు చేయుటకు అలవాటుచేయవలెను. రెండుమాడు ప్యాయములు ఆట్లు నమస్కరించి చివరనుకుంభకములోనడుమును వంచి లలాటమును మోకాళ్ళమీద ఆస్సుచు నమస్కారము వెనుదండముపైగా వెనకను పెట్టవలెను. ఇటుల $\frac{1}{2}$ ని॥ మొదలు 1 ని॥వరకు ఈ ఆసనము చూపుటచే శ్రీ సూర్యముద్రయగును. ఇది ఒకమారు చేసినపిమ్మట అల సటవచ్చినయడల ప్రాణాయామముతో తీర్చుకని [Control చేసి] రెండవ మారున్న ఆసనములో కాలుమార్చుకని చేయవచ్చును. ఈ ముద్రలు 2 మార్లు వేసిన అనంతరము రెండు మాడు సాధారణ ప్రాణాయామములు చేసి విరమించవలెను. ఈ ముద్రవల్ల ఇద, పింగళ, సుషుమ్నములు, హృదయకోశము, ఊపిరితిత్తులు బలపడును. ఈ ఆసనములో చంద్రముద్ర ప్రయోజనము లేగాక ఉపరిగా పింగళనాడి శుద్ధియగుటయు, సుషుమ్నము, కుండలినీ క్రివంతమును తేతోవంతమున్ను అయి, షట్చక్రములు ఉద్వేగమై బ్రాహ్మీశక్తి భృగు మద్యముద్వారా సహస్రారము వరకు ప్రసరించగలుగును. ఈ స్థితి తాత్వికులలో విరాగులలో ఉత్కృట సమాధ్యావస్థలను ఆను భవముచేయుటకు తోడ్పడును. ఈ ముద్ర మొత్తముమీద 5 నిమిషముల కాలములో ముగించినచో ఈ రెండు చంద్ర, సూర్య ముద్రలు వేయుటకు మొత్తము 10 ని॥ములకాలము పట్టవచ్చును.

ఈ ఆసన, ఉపాసన, ఉపాయములతో ప్రాణాయామము చేయుటకు దాదాపు $\frac{1}{2}$ గంట (30 ని॥) లేక 40 ని॥ములు పట్టవచ్చును. కాలవ్యవధి లేనివారు, రెండుపూటలు చేయగలిగినవారు ఒక్క $\frac{1}{2}$ గంట కాలమే ఆనుష్ఠించవచ్చును. ఒకరోజులో మాడు, నాలుగుసార్లుచేయగలవారు, చేయవలసినవారు 20 ని॥కాలమునకే పరిమితిచేసుకన్నును చేయవచ్చును. ఈ ప్రాణాయామము రోగులగువారు మంచి వర్షకాలపు, తేమ (చల్లని) గాలిలోను, చలికాలపు శీతలవాయువులోను చేయుట శ్రేష్ఠముకాదు. విద్యుత్తు కలవారు [Elec Lights] ఆగదిలో 50, లేక 100 C. P. [Candle-Power] విద్యుత్తు స్వల్ప ఊదాకైటు కాంతుష్టములలో అనుష్ఠించుట మంచిది. పిమ్మట ఈ క్రియలు ఏవి చేయుచున్నను శ్వాస, ప్రశ్వాసలలో

రేచక, పూరకములందు నాసికలనుండి ఏలాటి ధ్వనులు రాకూడదు. రేచక, పూరకములుచేయునప్పుడు నాసికల ఉపయోగములో ఒకదానికొకటి తేడాగా వాడిననువిమి ప్రమాదములు రావు. ఏమి భయపడనవసరములేదు. ఏతేడాలు వచ్చిననుకూడభయములేదు గర్, గర్ అని శబ్దములేకలుగకూడదు అలసటలు కలిగినప్పుడు ప్రాణాయామములుచేస్తు సులభకంభకముతో అలసటను తీర్చుకొన వచ్చును. ఒక్కొక్కప్పుడు అసనములు వేయకున్నను ఈ ప్రాణాయామ యోగమైనను సక్రమముగా నిత్యకర్మగా, నిర్వర్తించినచో మంచి ఆరోగ్యము ప్రసాదించకలుగును. కొందరు ప్రాణాయామములుచేస్తే చస్తామేమోనని, ప్రమాదకరముకాదా అని మమ్మలను ప్రశ్నించుచుండుట ఆశ్చర్యకరము! హాస్యాస్పదము! ఇట్లు ప్రశ్నించుటకు కారణము ఈ కర్మభూమిలోపుట్టిన చాతుర్వర్ణ్యులు ఆచరించవలసిన సంధ్యా వందన వైదికానుష్ఠానము మర్చిపోవుటయు, మానుటయు కారణములు. సరిగా సంధ్యావందనము చేసేయడం పూర్తిఅగులోపల కనీసము 20 లేక 30 ప్రాణాయామములు మొత్తము 60 వరకు విధిగా చేయవలసినవచ్చును. దానితో రోగకారణములు ఏర్పడకపోగా దేహమునకు తగినంత పుష్టి సత్తువులు చేకూరుచుండును. ఇట్లు మన వర్ణాశ్రమధర్మమే మనలను కాపాడగలుగునని ఆర్షవిజ్ఞానము చెప్పుచున్నది. గనుక పూర్వాచార పరాయణులు యీ సూర్యోపాసన క్రమమును తెలుసుకుని ఉద్వారా ఇహ, పర సౌఖ్యదాయకములగు కాయిత, మానసిక ధ్యాన, ఉపాసన, ప్రాణాయామ అసనప్రక్రియల సంపూర్ణ ప్రయోజనమును సాధించి జీవితములో సుఖమును, అనంతరమున బ్రహ్మసాయుజ్య శాంతిని బడయుచురుగాక యని ఆశించుచున్నాము.

ఇతి ప్రాణాయామ విధి సర్వం శ్రీ సూర్యనారాయణార్పణమస్తు.

ది గ్య జ య మ స్తు.

ఓం ఓం ఓం

త త్స త్.



ఫలశ్రుతి

శ్రుతి ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్పూర్ణముదచ్యతే।
పూర్ణశ్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవావశిష్యతే॥

గీత శ్లో. అనన్యాశ్రింతయంతోమాం యే జనాః పద్యుపాసతే ।

9-22. తేషాం నిత్యాభియుక్తానాం యోగక్షేమం వహన్మ్యహమ్॥

సర్వవిజ్ఞాన సారస్వతము ఆష్టాదశచతుష్టయ లక్షం జీవరాసు లలో నరజన్మ మహోత్కృష్టమైనదనియు, కడు దుర్లభమైనదనియు చెప్పు చున్నది. ఈ దేహి ఒక్కడే జ్ఞానజ్ఞాన విచక్షణతో బహికాముష్మికము లను, సాధించి తుదకు జీవ బ్రహ్మాకృత్యములో పునరావృత్తిరహితుడు కాగలు గుటకు సమర్థుడు.

ACC NO - 3107

సాధారణముగ మానవజీవితము ద్వివిధ మనోవృత్తులతో । లౌకిక, 2 పారలౌకికముగ గడచుచుండును. బ్రహ్మచర్యాశ్రమాంతరము కలుగు యవ్వన కౌమారములు గృహస్థాశ్రమమందు లౌకికధర్మములోను పిమ్మట వృద్ధాప్యము పారలౌకికమునను నడచును. విహితమంతయు గృహస్థాశ్రమ ముననే అనుభవమై అందు పూర్వ ప్రారబ్ధముచేత సర్వి కష్టాన్విష్టములకు లోనై జీవన్ముక్తికి దూరమగుటయో, లేక పూర్వపుణ్యవశమున విహిత మందు ఆశాపాశ, రోగ, రాగద్వేషాదుల, గెలిచి భగవద్భాగవత మానసి కము యలవడి తదుపరి వృద్ధాప్యమున ఉత్తమాశ్రమముల శీకరించి తరించుటో జరుగును.

మార్చి 21

పైన పేర్కొనిన ద్వివిధ ధర్మనిర్వహణకును భగవదారాధనోపాస నయే శరణ్యము. ఇది అనేకవిధ సగుణ నిర్గుణ పూజాధ్యానమనన ఉపా సనావిధానములలో పంచమూర్త్యమూర్త్యారాధనలచేయుచున్నారు. ఇప్పుడు ఆరాధన పద్ధతులలో ఇటు కామ్యమునకును, అటు ఆధ్యాత్మ్యమునకును సర్వ శక్తివంతము, సర్వపూజ్యమునగు శ్రీ సూర్య ఆరాధనోపాసన యొక శ్రేష్టమైనవిధానమని వేద ప్రతిపాదన చూపింపబడినది.

3200

శ్రీ హంసోపాసన ప్రాణాయామయోగముయొక్క సామర్థ్య, ఫల ప్రదములను మేము విజ్ఞులగు మీకు నూతనముగ ఇప్పుడు ఎరికపరిచ

వలసినదిలేదు. అయ్యును శ్రీ సూర్యోపాసన శ్రేష్ఠత నిరూపించుట కీ గ్రంథమందనేక నిదర్శనములనుకూడ కనియేయుందురు. మరియు పూర్వ పూర్వులును యోగ, యుపాసనచే ఆకాశగమనము, పరిలోక సంచారము, సముద్రోల్లంఘనము, అన్యదేశశ్రవణ, దృక్ దర్శనము, భగవన్మానస వశీకరము, రాక్షసహనము, జీవబ్రహ్మైక్య సందానప్రాప్తి యిత్యాదు లనేకములు సాధించియుంటు మీరు విన్నవిషయములే. అట్టితిరి,

“ఆరోగ్యం భాస్కరాదిచ్ఛేత్” “భానో నమస్కారప్రియః”

యనుటను విశ్వసించి సులభసాధ్యమును. శీఘ్రఫలదమును కాగలుగు ప్రత్యక్ష సాక్షాత్కారమూర్తియగు ఆ సూర్యభగవానుని గృహస్థాశ్రమములో ఇందించుబడిన సకలవిధముల యుపాసించి సమస్త కామ, కామ్య, కాయిక, వాచిక, మనోవాఙ్మూలసిద్ధిని పొందుదురుగాక !

తదనంతరము, జీవన్ముక్తులై ముముక్షుతనొందదలచువారు సకాలమున వానప్రస్థ, కుటీచక, తురీయాశ్రమముల స్వీకరించి తగు విధమున ఆహంగ్రహ, హుస్థోపాసనజేసి

గీత శ్లో. సతతం కీర్తయంతోమాం యతం తశ్చద్భుతప్రతాః।

9-14. నమశ్యంతిశ్చమాం భక్త్యానిత్య యుక్తా ఉపాసతే॥.

గీత శ్లో. యం యం వాపిస్మరన్ భావం త్యజత్యంతే కిశేబరం ।

8-6 తంతమేవైతి కౌతేయః! సదా తద్భావ భావితః॥

యను భగవద్వాక్యప్రమాణేన శాశ్వతబ్రహ్మలోకనివాసమును, అనంతరము “సయోహవై తత్పరమంబ్రహ్మవేద బ్రహ్మైవభవతి” శృతి.

న్యాయమునజన్మజన్మాంతర వాసనాయుత పాపపుణ్య ఫలానుభవస్థితిని విసర్జించి విరజులైబ్రహ్మనిష్ఠలోబ్రహ్మవిదలై క్రమముక్తితో బ్రహ్మలగుదురు. ఇందు పరమహంసీయులు సద్యస్కాల తదాత్మ్యస్థితినే పొందుదురు.

ఇతి బ్రహ్మశాసనమ్:

పూర్ణమదః పూర్ణమిదమితిశ్శాంతిః శుభంభవతు.

ఓం తత్ సత్.



సూ చ న



ప్రస్తుతమున కొందరిచే ప్రచారము చేయబడుచున్న
యోగ వ్యాయామ ఆ స న ము లు కఠినములుగానుండి
స్త్రీలకు అనన్యప్రేయములుగా నున్నవి. వాటికన్న రోగ
నివారకమునకు సశాస్త్రీయమగు సూర్య నమస్కార—
ఆసనములు “సూర్యోపాసన” యను గ్రంథముయొక్క
ద్వితీయ సంపుటములో సమస్త వివరణలతో అనేక
చిత్రాన్ని సలహాలతో నుండునని తెలుసుకునేది.



శ్రీ రాధాకృష్ణ
అనందాశ్రమము
గవర్నరుపేట,
విజయవాడ-2.)

కవికొండల పురుషోత్తమయోగి,

“శ్రీ సూ ర్యో పా స న”

గ్రంథకర్త.